www.iqbalkalmati.blogspot.com
سو بیماریاں
ایک سو ایک عِلاج

تمام امراض سے شفایابی کی دُعاء

بِسْمِ اللّٰہِ ط

اَعُوْذُ بِاللّٰہِ وَقُدْرَتِہٖ مِنْ شَرِّ مَآ اَجِدُ وَاُحَاذِرُ۔

اللہ عزوجل کے نام سے پناہ چاہتا ہوں اللہ عزوجل کی اور اس کی قدرت کی اور اس کی قدرت کی اُس (تکلیف کی) برائی سے جو میں پاتا ہوں۔ اور جس کا اندیشہ کرتا ہوں۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم

نے فرمایا: ''جب بھی مومن کسی پریشانی، بیماری، رنج وملال، تکلیف اور غم میں مبتلا ہوتا ہے یہاں تک کہ اسے کانٹا بھی چبھتا ہے، تو اس کے بدلے میں اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کر دیتا ہے''۔

صحیح بخاری: کتاب المرض

اس کتاب میں

بہت سی بیماریاں' اگر ان کا علاج نہ بھی کیا جائے تو عارضی طور پر معمولی تکلیف پہنچا کر اپنی مدت پوری کر کے خود بخود دب جاتی یا بالکل ختم ہو جاتی ہیں۔ دوسری جانب خود علاجی' ناکافی طبی سہولیات یا عطائی علاج نہ صرف مریض کے لئے نقصان کا باعث ہوتا ہے بلکہ اس کی آئندہ نسلوں کو بھی ضرر پہنچا سکتا ہے۔ اینٹی بائیٹک اور دوسری اس طرح کی دوائیں جو ساتھ ہی مضر اثرات بھی رکھتی ہیں۔ بازار میں کثرت سے فروخت ہونے کی وجہ سے صورت حال اور بھی خراب ہو رہی ہے۔ یہ دوائیں بہت سے ان دیہاتوں میں بھی پہنچ گئی ہیں جنھوں نے ابھی تک کسی معالج کی شکل بھی نہیں دیکھی۔ معالجوں کی کمی کے باعث خصوصاً دیہاتوں میں یا انتہائی غریبی کے سبب یا دونوں وجوہات کی بنا پر عام آدمی تک مناسب طبی امداد نہیں پہنچتی اور یہ مسئلہ حل ہونے میں ابھی برسوں لگیں گے جس کا شکار عام طور پر سماج کا مالی طور پر کمزور طبقہ ہوتا ہے۔

عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ کھیتی باڑی جیسے پیشوں میں عام ان پڑھ یا معمولی پڑھے لکھے آدمی کو اگر مناسب مشورہ دیا جائے تو وہ بخوشی اسے قبول کر کے فائدہ اٹھانے کی کوشش کرتا ہے۔ دوسرے وہ لوگ جو پرانا انداز فکر رکھتے ہیں ان فوائد کو دیکھتے ہوئے جلد یا دیر سے وہی راستہ اپناتے ہیں اور اس طرح ترقی ہوتی جاتی ہے۔

اس لئے طبی و صحتی میدان میں بھی اس بات کی شدید ضرورت ہے کہ حفظ ماتقدم اور علاج کے سلسلہ میں مناسب معلومات کی اشاعت کی جائے۔ ہر ایک دیہات میں خواہ کتنے ہی دور دراز علاقہ میں واقع ہو ہمیں ہندوستانی طریقہ ہائے علاج کے معالجین مل جاتے ہیں۔ وہ علاج کے ماہر ضرور ہوتے ہیں لیکن ان کا خالص فنی علوم سے واقف ہونا ضروری نہیں ہے۔ پھر پڑھے لکھے لوگ جو

رہنمایانہ صلاحتیں رکھتے ہیں دیہاتوں میں کچھ کم نہیں ہوتے۔ ہماری کوشش یہ ہونی چاہیے کہ ہم ایسے لوگوں کو صحتی وطبی معلومات کی اشاعت کا ذریعہ بنائیں تاکہ ہر گھر تک یہ معلومات پہنچ سکیں۔

یونانی طریق علاج پر مشتمل اس کتابچہ میں وہ نباتی، معدنی اور حیوانی ادویہ درج کی گئی ہیں۔ جو بہ سہولت فراہم ہو جاتی ہیں علاج میں موثر ہوتی ہیں۔ کوئی خراب اثر نہیں رکھتیں اور کم خرچ بھی ہیں۔ اس کتابچہ کے آخر میں حفظان صحت سے متعلق ہدایات اور غذاؤں کے بارے میں کچھ معلومات بھی شامل کر دی گئی ہیں۔

اُمید کی جاتی ہیں کہ یہ کتاب معالجین اور عام لوگوں میں مقبول ہوگی اور ہر گھر میں اس سے معمولی بیماریوں کے علاج میں مدد لی جائے گی۔

اگر ایک عام آدمی اس کتاب سے مدد لے کر رفتہ رفتہ اینٹی بائیک جیسی خطرناک دواؤں سے اپنے آپ علاج کرنے کی عادت چھوڑ دے تو ہماری یہ کوشش رائیگاں نہیں جائے گی۔ ساتھ ہی اس کتاب کی وجہ سے یہ طریق علاج ان علاقوں میں بھی رائج ہوگا جہاں ابھی تک یہ اچھی طرح متعارف نہیں ہے۔

ابوبکر صدیق

فہرست مضامین

معیاری کتب کے سلسلہ کی چند کتب

آسان ہومیوپریکٹس

مصنف

ڈاکٹر راجہ اختر محمود

ناشر

اسلم کلینک

بمقام وڈاکخانہ بنیاں تحصیل کھاریاں ضلع گجرات

0433 582749

کتاب العلاج

مفتاح الحکمت

حکیم محمد شریف

فنِ طب کی زندہ و جاوید حقیقت

ہر طبیب کو طبیب کامل بنانے والا اطباء حاذقین

کے اسراری مجربات و علاج بر او ساعت کا نایاب ذخیرہ

تحفۃ الاطباء

حکیم محمد بخش

تبرکاتِ مسیح الملک

حکیم اجمل خان

مولفہ

حکیم عبدالمجید عتیقی

عثمان پبلی کیشنز

غزنی سٹریٹ

اردو بازار لاہور

هُوَالشَّافِیُ

1-امراض راس (سر کی بیماریاں)

(1) صداع (سر کا درد)

سر کے درد کی کئی اقسام ہیں۔ کبھی یہ پورے سر میں اور کبھی سر کے کسی حصہ میں محسوس ہوتا ہے۔ بعض حالات میں متلی اور قے کی شکایت بھی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

اسطوخودوس	۳ گرام
دھنیا	۳ گرام
کالی مرچ	۵ عدد

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: صبح خالی پیٹ پانی کے ساتھ لیں۔ اس کے بعد آدھے گھنٹہ تک بستر میں آرام کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

ببول کی پھول	ہر ایک ۱۰ گرام
دھنیا	
کدو کے بیج کی گری	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

بالچھڑ	۶ گرام

دار چینی	۶ گرام
سونٹھ	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ابال کر چھان کر شکر سے میٹھا کریں۔

ترکیب استعمال: صبح خالی پیٹ لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کافور	۵۰۰ گرام
نوشادر	۲ گرام

ترکیب تیاری: دونوں دواؤں کا الگ الگ سفوف بنائیں اور ملا کر صاف شیشی میں اچھی طرح بند کر کے رکھیں۔

ترکیب استعمال: ضرورت کے وقت سونگھیں۔

نسخہ نمبر ۵:

افیون
مرکی
دار چینی
ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف میں تھوڑا پانی ملا کر لیپ تیار کریں۔

ترکیب استعمال: یہ لیپ ایک چھوٹے اور صاف کپڑے پر پھیلا کر ایک یا دونوں کنپٹیوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

ست پودینہ
ست اجوائن
کافور
ہموزن

ترکیب تیاری: ایک صاف شیشی میں ملا کر بند کر کے رکھ لیں۔ پانی جیسا بن جائے گا۔

ترکیب استعمال: ۳ قطرے تھوڑے پانی میں ملا کر پیشانی اور کنپٹیوں پر لیپ کریں۔

نسخہ نمبر ۷:

چنبیلی کے تازہ پھولوں کا رس	۲۵ ملی لیٹر

نمک	۲۵۰ ملی گرام

ترکیب تیاری: نمک کو چنبیلی کے پتوں کے رس میں گھول کر ایک صاف شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۳ قطرے دن میں دو بار یا حسب ضرورت ناک میں ڈالیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	اطریفل اسطوخودوس	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲۔	اطریفل زمانی	۱۰ گرام	سونے سے قبل لیں
۳۔	اطریفل کشنیزی	۷ گرام	سونے سے قبل لیں
۴۔	خمیرہ گاؤزبان عنبری	۶ گرام	صبح ناشتہ سے قبل لیں
۵۔	قرص مثلث	ایک قرص	تھوڑے پانی میں گھس کر پیشانی پر لگائیں
۶۔	برشعشا	۳ گرام	درد کے وقت لیں
۷۔	عرق عجیب	۳ گرام	درد کے وقت لیں۔ چند قطرے پیشانی پر لگائیں

(2) شقیقہ (آدھا سیسی)

یہ درد دوروں کی شکل میں ہوتا ہے جو عام طور پر سر کے کسی ایک جانب ہوتا ہے۔ کبھی یہ پورے سر میں پھیل جاتا ہے۔ اس درد کے حملہ کی مدت چند منٹ سے لے کر کئی دن تک ہوسکتی ہے۔ اس کے ساتھ متلی اور قے کی شکایت بھی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

ریٹھہ کا چھلکا	ایک عدد

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا ملیں کہ جھاگ پیدا ہو جائے۔

ترکیب استعمال: دو قطرے ناک میں ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

بسکھپرہ سفید کے پتے بقدر ضرورت۔

ترکیب تیاری: کچل کر رس نکال لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے ناک میں ٹپکائیں۔

نوٹ: اگر تازہ پتے نہ مل سکیں تو خشک پتوں کو رات بھر پانی میں بھگو کر صبح چھان لیں اور پھر پانی

کے ایک یا دو قطرے ناک میں ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر۳:

رائی	ایک گرام

ترکیب تیاری: ۲۵ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ایک یا دو قطرے ناک میں ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر۴:

دھنیا	۳ گرام
اسطوخودوس	۳ گرام
کالی مرچ	۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: سورج کے نکلنے سے پہلے لیں اور آدھ گھنٹہ بستر میں آرام کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	اطریفل اسطوخودوس	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	اطریفل زمانی	۱۰ گرام	سونے سے قبل لیں
۳-	اطریفل کشنیزی	۷ گرام	سونے سے قبل لیں
۴-	خمیرہ گاؤزبان عنبری	۷ گرام	صبح ناشتہ سے پہلے لیں
۵-	قرص مثلث	ایک قرص	تھوڑے پانی میں گھس کر پیشانی پر لگائیں
۶-	برشعشا	۳ گرام	درد کے وقت لیں
۷-	عرق عجیب	۳ قطرے	ماتھے پر لگائیں

(3) سدر و دوار (سر چکرانا)

نسخہ نمبر۱:

خشخاش دھنیا سونف کی گری	ہر ایک ۴ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی کے ساتھ پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: روزانہ صبح لیں

نسخہ نمبر ۲:

مہندی کے بیج	۴ گرام
شہد	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: مہندی کے بیجوں کا باریک سفوف بنائیں اور شہد میں ملا کر چٹنی بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں

نسخہ نمبر ۳:

آملہ مربی	ایک عدد
چاندی کا ورق	ایک عدد

ترکیب استعمال: آملہ مربی کو چاندی کے ورق میں لپیٹ کر صبح ناشتہ سے پہلے لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

املی کا گودا	۲۵ گرام
شکر	۶ گرام

ترکیب تیاری: گودے کو ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ایک گھنٹہ تک بھگوئیں اس کے بعد نتھار کر شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ صفراویت کے لئے خصوصی طور پر مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۵:

۱۔ کشتہ مرجان ۵۰۰ ملی گرام خمیرہ گاؤزبان عنبری ۶ گرام میں ملا کر صبح لیں۔

۲۔ کشتہ خبث الحدید یا کشتہ فولاد ۵۰۰ ملی گرام جوارش جالینوس ۷ گرام میں ملا کر سونے سے قبل لیں۔

۳۔ اطریفل کشنیزی ۷ گرام سونے سے قبل لیں۔

(4) نزلہ وزکام

اس میں چھینکیں آتی ہیں۔ناک سے پانی بہتا ہے۔سر میں درد ہوتا ہے۔کھانسی اعضاء شکنی اور کبھی کبھی ہلکا بخار ہوتا ہے۔

گیہوں کی بھوسی	۶ گرام
کالی مرچ	۵ عدد
نمک	ایک گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

سپستاں کے پتے	۱۲ گرام
امرود کے پتے	ایک گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: خالی پیٹ دن میں ایک یا دوبار لیں۔

نسخہ نمبر۳:

گل بنفشہ	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: خالی پیٹ میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر۴:

بہدانہ	۳ گرام
عناب	۵ عدد
سپستان	۹ عدد

ترکیب تیاری: عناب اور سپستان کو ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دیں۔بہدانہ کو ۶۰ ملی لیٹر پانی میں بھگوئیں اور لعاب الگ کر کے جوشاندہ میں ملا کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دوبار لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ نزلہ حار اور خشک کھانسی کے لئے خاص طور پر مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۵:

دار چینی	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	لعوق سپستان	۱۰ گرام	۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۲۔	لعوق معتدل	۱۰ گرام	۱۲۰ ملی لیٹر گرم پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۳۔	شربت صدر	۲۵ ملی لیٹر	۶۰ ملی لیٹر ہلکے گرم پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۴۔	شربت بنفشہ	۲۵ ملی لیٹر	۶۰ ملی لیٹر ہلکے گرم پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۵۔	تریاق نزلہ		۷ گرام صبح لیں
۶۔	خمیرہ خشخاش		۷ گرام صبح لیں
۷۔	اطریفل اسطوخودوس		۶ گرام سوتے وقت لیں
۸۔	عرق گاؤزبان		۱۲۰ ملی لیٹر صبح لیں
۹۔	عرق مکو		۱۲۰ ملی لیٹر صبح لیں

ہدایات: ٹھنڈے شربت اور کھٹی غذاؤں سے پرہیز کریں۔ سردی سے بچیں۔

(5) سہر (بے خوابی، نیند کا نہ آنا)

نسخہ نمبر ۱:

خشخاش	ہر ایک ۴ گرام
کدو کے بیج کی گری	
کاہو کے بیج	

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

دار چینی ۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں

نسخہ نمبر۳:

بھنگ کے تازہ پتے ۳۰ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنائیں۔

ترکیب استعمال: تلووں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۴:

روغن کدو
روغن بنفشہ | ہم وزن

ترکیب تیاری: ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت سر اور تلووں پر لگائیں۔ ایک یا دو قطرے کان میں ڈالیں اور مقعد میں لگائیں۔

نسخہ نمبر۵:

اسرول کی جڑ کا سفوف ۵۰۰ ملی گرام

ترکیب استعمال: سوتے وقت پانی کے ساتھ لیں۔

نوٹ: یہ ضغط الدم قوی (ہائی بلڈ پریشر) کی مخصوص دوا ہے لیکن اس کی زیادہ مقدار نہ لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔ روغن لبوب سبعہ
۲۔ روغن خشخاش
۳۔ روغن بادام
| ان میں سے کوئی ایک سوتے وقت سر پر ملیں

۴۔ خمیرہ خشخاش ۶ گرام صبح لیں

۵۔ خمیرہ بنفشہ ۶ گرام سوتے وقت لیں

۶- برشعشا ۳ گرام سوتے وقت لیں

۷- حلوائے بادام ۱۵ گرام صبح لیں

ہدایات: صبح ٹہلنا' روزانہ نہانا اور ہلکی غذائیں لینا چاہئے۔ چائے اور کافی جیسی گرم چیزوں سے پرہیز کریں۔ غصہ اور پریشانی سے بچیں۔

(6) صرع (مرگی)

اس میں اچانک دورہ ہوتا ہے۔ مریض گر کر بے ہوش ہو جاتا ہے۔ اس کا چہرہ پیلا پڑ جاتا ہے اور منہ سے جھاگ نکلتے ہیں۔ زبان دانتوں کے بیچ میں آ کر کٹ جاتی ہے۔ آنکھوں کے ڈھیلے گھومتے ہیں۔ بعض مرتبہ پیشاب اور پاخانہ غیر ارادی طور پر خارج ہو جاتا ہے۔ مریض کی حالت بتدریج اعتدال پر آتی ہے۔ یہ دورے کم یا زیادہ وقفہ سے واقع ہوتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

عاقر قرحا ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام سفوف ۶ گرام شہد میں ملا کر روزانہ صبح لیں۔ یہ سفوف دورہ شروع ہوتے وقت سنگھا بھی سکتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۲:

اسپند کے تازہ پتے بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: پتوں کا رس نکال کر ۲ قطرے دورہ کے وقت ناک میں ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

نک چھکنی بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: دورہ کے وقت سنگھائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- خمیرہ گاؤزبان جدوار عود صلیب والا ۶ گرام صبح لیں۔

۲- حب صرع ۲ گولیاں دن میں دو بار لیں۔

۳- حب جند ۲ گولیاں دن میں دو بار لیں۔

ہدایات: دورہ کے وقت مریض کو اس طرح چت لٹائیں کہ سر تھوڑا اوپر اٹھا ہوا نرم اون یا کارک یا چمچہ کا دستہ دانتوں کے درمیان میں رکھیں تاکہ زبان کٹنے سے محفوظ رہے۔ چہرے پر ٹھنڈا پانی چھڑکیں۔ بدن پر تنگ لباس کو ڈھیلا کر دیں۔

2- امراض عین (آنکھ کی بیماریاں)

(1) رمد (آنکھ دکھنا)

یہ آنکھ کی اوپری جھلی کا ورم ہے۔ اس میں آنکھ سرخ اور متورم ہو جاتی ہے۔ آنکھ کے آنسو بہنے لگتے ہیں اور روشنی سے تکلیف ہوتی ہے۔ آنکھ سے گندا مواد نکلنے کی وجہ سے پپوٹے چپک جاتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

سہاگہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: بھون کر کھرل میں خوب باریک کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بارہ آنکھ میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گل منڈی	[illegible] گرام
عناب	۵ گرام
پوست ہلیلہ زرد	۴ گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

رسوت	ہم وزن
پھٹکری	
چاکسو	
آنبہ ہلدی	

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنا لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت پپوٹوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۴:

پھٹکری	۳ گرام
شورہ قلمی	۳ گرام
عرق گلاب	۶۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کو عرق گلاب میں اچھی طرح حل کر کے چھان لیں اور ایک صاف شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: دو دو قطرے صبح و شام آنکھ میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر۵:

گیرو	۳ گرام
رسوت	۳ گرام
افیون	۵۰۰ ملی گرام

ترکیب تیاری: تھوڑے پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار پپوٹوں پر لیپ کریں۔

نسخہ نمبر۶:

سہاگہ	۲ گرام
ہلدی	۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں اور ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ایک صاف کپڑے کا ٹکڑا اس جوشاندہ میں بھگو کر آنکھ کی سنکائی کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

قطور رمد	ایک یا دو قطرے دن میں کئی بار آنکھ میں ڈالیں
حب سیاہ چشم	تھوڑے سے پانی میں گھس کر آنکھ میں لگائیں
شیاف ابیض	تھوڑے سے پانی میں گھس کر آنکھ میں لگائیں

(2) ضعف بصر (نظر کی کمزوری)

نسخہ نمبر ۱:

لودھ پٹھانی	۶ گرام
عرق گلاب	۶۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: لودھ پٹھانی کو عرق گلاب میں ۲ گھنٹہ تک بھگوئیں پھر چھان کر ایک صاف شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے صبح و شام آنکھ میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سونف	۱۲۵ گرام
سنگ سرمہ	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: نیم کے تنے میں ایک شگاف لگا کر سنگ سرمہ کو اس میں ایک ہفتہ کے لئے رکھیں پھر نکال لیں۔ سونف کو ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور تھوڑا تھوڑا یہ جوشاندہ ڈال کر سنگ سرمہ کو کھرل کرتے جائیں یہاں تک کہ پورا جوشاندہ جذب ہو جائے اور باریک سرمہ بن جائے۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ترپھلہ (سفوف)	بقدر ضرورت

ترکیب استعمال: ۳ گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: ترپھلہ کو رات بھر پانی میں بھگوئیں اور صبح اس پانی سے آنکھ دھوئیں۔

نسخہ نمبر ۴:

نیم کے تازہ پھول	
شورہ قلمی	ہم وزن

ترکیب تیاری: کھرل میں باریک سفوف کر لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت بطور سرمہ آنکھوں میں لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

کحل الجواہر   سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں۔

نوٹ: آنکھوں میں لگائی جانے والی تمام ادویہ کا نہایت باریک سفوف کر کے چھان لینا ضروری ہے۔

(3) جرب الاجفان (ککرے۔روہے)

یہ ایک متعدی مرض ہے۔ جس میں آنکھ اور پپوٹوں پر استر کرنے والی جھلی میں ورم سا گودانہ کی طرح ابھار، سرخی، درد اور کھٹک ہوتی ہے اور پانی بہتا ہے۔ اگر ٹھیک علاج نہ ہو تو اندھا پن ہو سکتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

لونگ   ۴ عدد

گائے کا گھی   بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: لونگ اور گھی کو پیتل کے برتن میں رکھ کر کچھوے کی پیٹھ کی ہڈی سے رگڑیں تاکہ لیپ تیار ہو جائے۔

ترکیب استعمال: صبح و شام آنکھ میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

چاکسو   بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: چاکسو کے اوپر کا چھلکا اُتار کر گری نکال لیں اور اس کا باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: پپوٹے کو الٹ کر یہ سفوف آہستہ سے مل دیں۔

تیار شدہ دوا:

شیاف اخضر   سوتے وقت آنکھ میں لگائیں

نوٹ: تانبے کی سلائی کا بار بار آنکھ میں پھیرنا بھی جرب الاجفان میں مفید ہے۔

(4) شعیرہ (گوہانجنی-انجن ہاری)

پلکوں کی جڑ میں ایک چھوٹا سا دانہ نکل آتا ہے جس میں درد اور سختی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

لونگ	ایک عدد

ترکیب تیاری و استعمال: تھوڑے پانی میں گھس کر لیپ بنالیں اور دانہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ہلدی (سفوف)	۶ گرام
سہاگہ بریاں	۲ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: کپڑے کا ایک ٹکڑا اس جوشاندہ میں بھگو کر بار بار گوہانجنی کی سنکائی کریں۔

نسخہ نمبر ۳:

چھوارہ کی گٹھلی یا مازو یا گیرو	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ان میں سے کسی ایک دوا کو تھوڑے پانی میں گھس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: گوہانجنی پر لگائیں۔

3- امراض اذن (کان کی بیماریاں)

(1) وجع الاذن (کان کا درد)

کان کا درد زیادہ گرمی یا زیادہ سردی یا کان میں پھنسی کی وجہ سے ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

دھتورہ کے پتے	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پتوں کو نچوڑ کر رس نکال لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے ہلکا گرم کر کے کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مولی کے تازہ پتے	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ان پتوں سے ۱۸۰ ملی لیٹر رس نکال لیں۔ اس میں ۶۰ ملی لیٹر تل کا تیل ملا کر اتنا پکائیں کہ پانی اڑ کر تیل رہ جائے۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے ہلکا گرم کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۳:

افیون	۵۰۰ ملی گرام
تل کا تیل	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: افیون کو تیل میں حل کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سکھدرشن	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: رس نکال کر ۲ قطرے کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۴:

لہسن	۳ جوئے

تل کا تیل	۱۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: لہسن کو تیل میں جلا کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے ہلکا گرم کان میں ڈالیں۔

تیار شدہ دوا:

روغن ترب	۲ قطرے کان میں ڈالیں

(2) سیلان الاذن (کان بہنا)

اس میں کان سے پیپ بہتی ہے جس کے ساتھ کبھی درد بھی ہوتا ہے اور بد بو بھی آتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

مازو	ایک عدد
شراب	۵ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: مازو کا ایک باریک سفوف بنا کر شراب میں ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ایک یا دو قطرے کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سہاگہ بریاں	
عرق لیموں	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: سہاگہ کا باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ایک چٹکی سفوف کان میں ڈال کر اوپر سے دو تین قطرے عرق لیموں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سمندر جھاگ	ایک گرام
نیم کے پتوں کا رس	۶ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: سمندر جھاگ کو نیم کے پتوں کے رس میں پیس کر شہد ملائیں اور چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ قطرے کان میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۴:

رس کپور	۲۵۰ ملی گرام
بڑ (برگد) کا دودھ	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: رس کپور کو بڑ کے دودھ میں حل کریں۔

ترکیب استعمال: دو تین قطرے کان میں ڈالیں۔

نوٹ: یہ نسخہ پُرانے مرض میں استعمال کریں۔

تیار شدہ دوا:

روغن کمیلہ — دو تین قطرے کان میں ڈالیں۔

ہدایات: دوا ڈالنے سے پہلے کان کو روئی کی پھریری سے اچھی طرح صاف کریں۔

(3) ورم اصل الاذن (کنپھیڑ)

کان اور حلق کے درمیان درد کے ساتھ سوجن ہوتی ہے۔ بخار ہوتا ہے اور نگلنے میں دشواری ہوتی ہے۔ یہ سوجن بعض مرتبہ دونوں طرف ورنہ اکثر ایک طرف ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

افسنتین	۳ گرام
مکوہ	۶ گرام
عناب	۵ عدد

ترکیب تیاری: ۱۲۵ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کریں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مغز کرنجوہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

گیرو یا جدوار (سفوف)	۶ گرام

دھنیا کے تازہ پتوں کا رس	۵ ملی گرام

ترکیب تیاری: ملا کر لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار سوجن پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گل ملتانی یا چکنی مٹی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پانی کے ساتھ لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: سوجن کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

اسپغول	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: پانی میں ۱۵ منٹ بھگو کر سوجن کی جگہ لیپ کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون عشبہ	۶ گرام سوتے وقت لیں۔
۲-	تریاق اربعہ	۶ گرام سوتے وقت لیں۔

ہدایات: مریض کو پوری طرح آرام کرنا چاہئے تاکہ کوئی پیچیدگی پیدا نہ ہو۔

4-امراض انف (ناک کی بیماریاں)

(1) رُعاف (نکسیر، ناک سے خون بہنا)

نسخہ نمبر ۱:

گل ملتانی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: تھوڑے پانی میں پیس کر لیپ بنائیں۔

ترکیب استعمال: پیشانی پر لیپ کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

کندر	ہموزن
پھٹکری	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: نسوار کی طرح ناک میں چڑھائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

خرفہ سیاہ کے بیج	۶ گرام
کاہو کے بیج	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گل منڈی	۴ گرام
دھنیا	۴ گرام
مویز منقیٰ	۷ عدد

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں دو تین گھنٹے بھگو کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

روغن گل	۳ گرام
روغن کاہو	۳ گرام
روغن کدو	۳ گرام
کافور	ا گرام

ترکیب تیاری: تینوں روغنوں کو ملا کر اس میں کافور اچھی طرح حل کریں۔

ترکیب استعمال: دو یا تین قطرے ناک میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۶:

گیرو
سنگجراحت | ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

پنڈول یا چکنی مٹی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: پانی چھڑک کر سونگھیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	شربت انجبار	۲۵ ملی لیٹر دن میں دو بار لیں
۲-	شربت نیلوفر	۲۵ ملی لیٹر دن میں دو بار لیں
۳-	قرص کہربا	۲ عدد دن میں دو بار لیں
۴-	قرص گلنار	۲ عدد دن میں دو بار لیں
۵-	خمیرہ خشخاش	۶ گرام صبح لیں

(2) بثور انف (ناک کی پھنسیاں)

نسخہ نمبر ا:

عطر حنا	ایک قطرہ

ترکیب استعمال: ناک میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مکھن	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: مکھن کو ۲۱ بار پانی سے دھوئیں۔

ترکیب استعمال: پھنسیوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

رسوت	۲ گرام
روغن گل	۶ گرام
عرق گلاب	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: رسوت کو عرق گلاب میں حل کر کے روغن گل ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دو تین قطرے ناک میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کمیلہ	۲ گرام
تل کا تیل	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: کمیلہ کو تیل میں جوش دیں اور ٹھنڈا کر کے چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دو تین قطرے ناک میں ڈالیں۔

نوٹ: یہ تیل کان بہنے میں بھی مفید ہے۔ دو تین قطرے کان میں ڈالیں۔

(3) عطاس مفرط (چھینکوں کی کثرت)

نسخہ نمبر ۱:

روغن گل	بقدر ضرورت

ترکیب استعمال: دو تین قطرے کان اور ناک میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۲:

خولنجان	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: باریک سفوف بنائیں اور سونگھیں۔

نسخہ نمبر ۳:

پوست خشخاش ۱۲گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۱۲۰ملی لیٹر پانی میں جوش دیں اور ناک میں اس کا بھپارہ لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	اطریفل کشنیزی	۷گرام	سوتے وقت لیں
۲۔	مفرح بارد	۲گرام	صبح لیں

5-امراضِ فم (منہ کی بیماریاں)

1- تشقق و یبوست شفت (ہونٹوں کا پھٹنا اور خشکی)

نسخہ نمبر ۱:

موم	۲ گرام
ناریل کا تیل	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: تیل کو گرم کر کے موم ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار ہونٹوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

روغن کدو یا روغن گل	ہونٹوں پر لگائیں

(2) قلاع (منہ آنا)

منہ کے اندر چھوٹے چھوٹے زخم ہو جاتے ہیں جن میں جلن اور درد ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

چنبیلی کے تازہ پتے یا امرود کے تازہ پتے	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس پانی سے دن میں دو بار کلی کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

ناریل چبائیں یا ناریل کا تیل دن میں دو تین بار منہ میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

اسبغول	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: چھوٹے سے کپڑے میں باندھ کر پانی میں پانچ منٹ بھگوئیں اور آہستہ سے زبان پر ملیں۔

نسخہ نمبر ۴:

مازو	ہموزن
چھنگری	
کتھا	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار زبان پر چھڑکیں۔

نسخہ نمبر ۵:

سہاگہ بریاں	ہموزن
بڑی الائچی کے دانے	
طباشیر	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں اور زبان پر بھی چھڑکیں۔

نسخہ نمبر ۶:

برگ گاؤزبان	ہموزن
الائچی کے دانے	

ترکیب تیاری: برگ گاؤزبان کو جلا کر چھوٹی یا بڑی الائچی کے دانوں کے ساتھ سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: زبان پر چھڑکیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش آملہ	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۲-	جوارش شاہی	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۳-	سفوف کشنیز	۳ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں

۴-	سفوف طباشیر	۳ گرام	دن میں دوبار بعد غذا لیں
۵-	خمیرہ گاؤزبان سادہ	۶ گرام	صبح لیں
۶-	ذرور قلاع		زبان پر چھڑکیں

ہدایات: گرم اور مصالحے دار غذاؤں سے پرہیز کریں۔ ہلکی اور سیال غذائیں لیں۔

(3) بخر الفم (منہ کی بدبو)

یہ بیماری عام طور پر قبض کی وجہ سے ہوتی ہے اور کبھی کبھی دانتوں میں کیڑا لگنے یا دانتوں کی اچھی طرح صفائی نہ کرنے کی وجہ سے ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

سونف	۱۰ گرام
زرچوب	۱۰ گرام
بڑی الائچی	۱۰ گرام
زیرہ سفید	۱۰ گرام
بالچھڑ	۱۵ گرام
شکر	۵۰ گرام

ترکیب تیاری: دواؤں کا باریک سفوف بنا کر شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۵ گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

عرق لیموں	۲۵ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: عرق لیموں ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ملالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دوبار غرارہ کریں۔

نسخہ نمبر ۳:

بالچھڑ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: باریک سفوف بنا کر ۲ گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	جوارش بسباسہ	۶ گرام	دن میں دوبار بعد غذالیں
۲-	جوارش جالینوس	۶ گرام	دن میں دوبار بعد غذالیں
۳-	سفوف کشنیز	۳ گرام	دن میں دوبار بعد غذالیں

ہدایات: کھانے کے بعد اور سوتے وقت دانتوں کو اچھی طرح صاف کریں۔ قبض اور بدہضمی سے بچیں۔

(4) لکنت (ہکلانا)

نسخہ نمبرا:

عاقرقرحا	۱۲ گرام
تیزپات	۱۲ گرام
کالی مرچ	۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر شہد ملالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو یا تین بار زبان پر ملیں۔

(5) ورم لثہ ووجع الاسنان

(مسوڑھوں کا ورم اور دانتوں کا درد)

مسوڑھوں میں سوجن، درد اور سرخی ہوتی ہے اور مریض دانت کے درد سے بے چین رہتا ہے۔

نسخہ نمبرا:

نوشادر	ہموزن
کافور	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: مسوڑھوں پر آہستہ سے ملیں۔

نسخہ نمبر۲:

انار کی چھال	۳۵ گرام
بیری کی چھال	۳۵ گرام
مجیٹھ	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ایک لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس جوشاندہ سے دن میں تین چار بار کلی کریں۔

نسخہ نمبر۳:

سہاگہ بریاں	
مازو	ہموزن
کباب چینی	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: مسوڑھوں پر آہستہ سے ملیں۔

نسخہ نمبر۴:

ادرک	
نمک	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ادرک کو کچل کر رس نکالیں اور رس میں تھوڑا سا نمک ملالیں۔

ترکیب استعمال: مسوڑھوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۵:

لونگ کا تیل

ترکیب استعمال: مسوڑھوں اور درد والے دانتوں پر لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	سنون زرد چوب	دانتوں پر ملیں
۲-	سنون تمباکو	دانتوں پر ملیں
۳-	عرق عجیب	ایک قطرہ روئی پر ڈال کر درد والے دانت پر لگائیں

(6) تحرک اسنان (دانتوں کا ہلنا)

نسخہ نمبر ۱:

ببول کی چھال	۱۲ گرام
نمک	۲ گرام
پھٹکری	۲ گرام

ترکیب تیاری: بیج ببول کی چھال کو جلا کر نمک اور پھٹکری کے ساتھ سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: مسوڑھوں پر آہستہ سے ملیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کافور	ہموزن
نوشادر	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت مسوڑھوں پر آہستہ سے ملیں۔

نسخہ نمبر ۳:

برگ گاؤزبان	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: جلا کر باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار آہستہ آہستہ مسوڑھوں پر ملیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سنون پوست مغیلاں	منجن کی طرح استعمال کریں

(7) قروح اللثہ (پائریا)

دانتوں میں درد اور مسوڑھوں میں ورم ہوتا ہے۔ پیپ نکلتی ہے منہ سے بدبو آتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

نیلا تو تیا بریان	۲ گرام
پھٹکری بریان	۲ گرام

نمک	۲ گرام
سرکہ	۲۵ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: سب دواؤں کو ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار کلی کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

ہلدی

ترکیب تیاری: ہلدی کو جلا کر سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: مسوڑھوں پر دن میں دو بار آہستہ آہستہ ملیں۔

تیار شدہ دوائیں:

سنون زرد چوب	منجن کی طرح استعمال کریں
سنون تمباکو	منجن کی طرح استعمال کریں

ہدایات: کھانے کے بعد اچھی طرح دانت صاف کریں۔ گرم مصالحے دار غذا یا گوشت اور مٹھائیوں سے پرہیز کریں۔

6- امراض حلق (گلے کی بیماریاں)

(1) استرخائے لہاۃ (کوے کا لٹک جانا)

لہاۃ جو حلق کی پچھلی جانب لٹکتی ہے اس کے ڈھیلا ہو جانے یا بڑھ جانے سے بار بار کھانسی آتی ہے جو لیٹنے کی حالت میں اور سوتے وقت زیادہ ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

لہسن	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: لہسن کو پیس کر رس نکال لیں اور اس کے ہم وزن شہد ملا دیں۔

ترکیب استعمال: روئی کی پھریری سے گلے میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

رائی	۱۲ گرام
سرکہ	۳۵ ملی لیٹر
شہد	۶ گرام

ترکیب تیاری: رائی اور سرکہ کو ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر شہد ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار غرارہ کریں۔

نسخہ نمبر ۳:

مازو	ہر ایک ایک گرام
گلنار	
سہاگہ بریان	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر ۱۲ ملی لیٹر پانی ملا لیں۔

ترکیب استعمال: روئی کی پھریری سے گلے میں لگائیں۔

(2) ورم لوزتین (گلے آنا)

گلے کے اندر دونوں جانب کے غدود متورم اور سرخ ہو جاتے ہیں۔ کھانسی ہوتی ہے جس

کے ساتھ کبھی کبھی بخار بھی ہوتا ہے۔ نگلنے میں تکلیف ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

پوست ریٹھا — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی لیٹر پان میں رکھ کر یا شہد ملا کر لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سہاگہ
شہد — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: سہاگہ کا باریک سفوف بنا کر شہد میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: روئی کی پھریری سے گلے میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

پوست خشخاش
یا — ۱۲ گرام
کرنجوہ کی گری

ترکیب تیاری: آدھا لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار غرارہ کریں۔

نسخہ نمبر ۴:

اجوائن — ۳۵ گرام

ترکیب تیاری: آدھا لیٹر پانی میں جوش دیں۔

ترکیب استعمال: منہ میں اس کا بھپارہ لیں اور غرارہ بھی کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	شربت توت سیاہ	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں
۲-	عرق عجیب	۲ قطرے	روئی کی پھریری سے گلے میں لگائیں

ہدایات: ٹھنڈے شربت اور کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔

(3) بحۃ الصوت (آواز بیٹھ جانا)

نسخہ نمبر ۱:

کباب چینی	ایک گرام
شہد	۶ گرام

ترکیب تیاری: کباب چینی کا باریک سفوف بنا کر شہد میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: چٹنی کی طرح دن میں کئی بار استعمال کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

جو	۱۲ گرام

ترکیب تیاری و استعمال: جو کو بھون لیں اور دن میں دو تین بار چبائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

خولنجان	ایک گرام

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار چبائیں اور چوسیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ست اجوائن	۱۵ ملی گرام (ایک چاول)

ترکیب تیاری واستعمال: پان میں رکھ کر چبائیں اور چوسیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	حب بحۃ الصوت	ایک گولی	دن میں تین چار بار لیں
۲-	شربت توت سیاہ	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں

7-امراض صدر (سینہ کی بیماریاں)

(1) سعال (کھانسی)

نسخہ نمبر ا:

برگ گاؤزبان	۴ گرام
ملیٹھی	۴ گرام
خطمی	۶ گرام
سپستان	۱۰ گرام
عناب	۵ عدد

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ آدھا رہ جائے پھر چھان کر شکر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ادرک کا رس	۱۲ ملی لیٹر
شہد	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ادرک کو کچل کر اس کا پانی حاصل کر لیں۔ پھر اس میں شہد ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کاکڑا سینگی	ہموزن
پوست ہلیلہ	ہموزن
ادرک کا رس	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا باریک سفوف بنالیں اور ادرک کے رس کے ساتھ چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار منہ میں رکھ کر چوسیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ملیٹھی بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ملیٹھی کا ایک ٹکڑا لے کر گرم راکھ میں دبائیں یہاں تک کہ وہ نرم ہو جائے۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار چبائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

لونگ ایک عدد

ترکیب استعمال: دن میں دو بار پان میں رکھ کر کھائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

پوست خشخاش	۲ گرام
ملیٹھی	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ خاص طور پر گلے کی خراش سے ہونے والی کھانسی میں مفید ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	دیا قوزہ	۶ گرام	دن میں دو بار لیں
۲-	لعوق سپستان	۶ گرام	دن میں دو بار لیں
۳-	شربت اعجاز	۲۵ گرام	دن میں دو بار لیں
۴-	شربت صدر	۲۵ گرام	دن میں دو بار لیں
۵-	حب سرفہ	دو دو گولیاں	دن میں دو بار لیں

ہدایات: سرد ترش اور تلی ہوئی چیزوں سے پرہیز کریں۔

(2) شہیقہ (کالی کھانسی)

یہ ایک متعدی مرض ہے۔ زیادہ تر بچوں کو ہوتا ہے۔ بچہ مسلسل کھانسی کے دوران "ہوپ" کی آواز کے ساتھ سانس اندر لیتا ہے۔ کھانستے کھانستے چہرہ سرخ ہو جاتا ہے اور اکثر قے ہو جاتی

ہے۔ اس قسم کے دورے بار بار یا کچھ وقفہ سے ہوتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

کاکڑا سینگی سونٹھ پیپل (دار فلفل)	ہر ایک ۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام سفوف ۶ گرام شہد میں ملا کر دن میں تین چار بار چٹنی کی طرح چاٹیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کیلے کا پھول ایک عدد

ترکیب تیاری: پھول کو ایک مٹی کے برتن میں رکھیں۔ برتن کے منہ پر ڈھکنا رکھ کر چکنی مٹی سے اچھی طرح بند کر دیں۔ جب خشک ہو جائے تو ۱۵۔۲۰ کلو گائے کے اپلوں کی آگ میں رکھیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو برتن کو توڑ کر جلے ہوئے پھول کو نکال لیں اور باریک پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ایک یا دو گرام سفوف تھوڑے شہد میں ملا کر چٹنی کی طرح دن میں تین چار بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

خشخاش گوند ببول نشاستہ	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں اور تھوڑا سا پانی ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کرنج کے بیج ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں اور تھوڑا سا پانی ملا کر مونگ کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

روغن ناریل یا روغن بادام	۶ ملی لیٹر

ترکیب استعمال: ۶۰ ملی لیٹر دودھ میں ملا کر سوتے وقت لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	حب شفاء	ایک گولی	دن میں تین بار لیں
۲-	لعوق آب تربوز والا	۶ گرام	سوتے وقت لیں

(3) نفث الدم (خون تھوکنا)

کھانسی کے مریض کو اچانک معلوم ہوتا ہے کہ یا تو اس کے تھوک میں خون ملا ہوا ہے یا وہ خون تھوک رہا ہے اور سینہ میں تناؤ محسوس ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

ریش برگد (بڑ کی داڑھی)	۶ گرام
گلنار	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گیرو سنگجراحت گوند ببول	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کونپل ببول ـــ ۱۰ گرام
یا
ببول کے پھول

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کریں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

خرفہ کے پتے ـــ ۱۲ گرام
یا
خرفہ کے بیج ـــ ۶ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

کونپل ببول
انار کے پتے
آملہ خشک
دھنیا خشک
ہر ایک ۵ گرام

ترکیب تیاری: ۱۶۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	خمیرہ خشخاش	۶ گرام	دن میں دو بار لیں
۲-	قرص کہربا	ایک قرص	دن میں دو بار لیں
۳-	قرص گلنار	ایک قرص	دن میں دو بار لیں

ہدایات: گرم اور مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں۔ جسمانی تھکاوٹ اور دماغی پریشانیوں سے بچیں۔

(4) ضیق النفس (دمہ)

اس میں سانس کی تنگی کے دورے ہوتے ہیں۔ دورہ کے وقت مریض سامنے جھکا ہوا کہنیاں گھٹنے پر رکھے سر کو ہاتھوں پر سہارا دیے بیٹھا رہتا ہے۔ چہرہ پیلا پڑ جاتا ہے۔ سانس لیتے وقت سیٹی کی آواز ہوتی ہے اور کھانسی میں بلغم نہیں نکلتا۔ مریض تھوڑا سا بلغم تھوکتا ہے تب کسی قدر تسکین پاتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

آب ادرک

ترکیب استعمال: ایک چائے کا چمچہ (۵ ملی لیٹر) ہلکا گرم سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گل مدار (آک کے پھول)	۲۴۰ گرام
نمک	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: یہ دوائیں ایک مٹی کے برتن میں رکھیں اور اس پر ڈھکنا رکھ کر چکنی مٹی سے اچھی طرح بند کر دیں۔ جب یہ خشک ہو جائے تو ۱۵۔۲۰ کلو اپلیوں کی ہلکی آگ میں رکھ دیں۔ تین گھنٹے بعد نکال کر ٹھنڈا کریں۔ پھر برتن کو کھول کر جلی ہوئی راکھ کو الگ کر لیں اور باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی گرام سفوف ۶ گرام شہد میں ملا کر دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

گل مدار (آک کے پھول)	۱۲ گرام
نمک لاہوری	۳ گرام

ترکیب تیاری: ان دواؤں کو پیس کر باریک کر لیں اور تھوڑا سا پانی ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: دو دو گولیاں دن میں تین چار بار منہ میں ڈال کر چوسیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کونپل نیم	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: مٹی کے برتن میں رکھ کر ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ہلکی آگ پر جوش دیں اور چھان لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر۵:

زراوند	بقدرِ ضرورت

ترکیب تیاری: سفوف بنا کر تھوڑا سا پانی ملا کر ۶ گرام کی ٹکیہ بنالیں اور خشک کر لیں۔

ترکیب استعمال: پائپ یا حقہ میں رکھ کر پئیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	لعوق کتاں	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	لعوق ضیق النفس	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	لعوق سپستان خیار شنبری	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	شربت زوفا	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں

ہدایات: سرد ہوا سے بچیں ٹھنڈی اور کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔

(5) وجع عضلات صدر (سینہ کا درد)

سینہ میں درد اگر سردی لگنے کی وجہ سے ہو تو نیچے لکھے نسخے استعمال کریں:

نسخہ نمبر۱:

قرن الایل (بارہ سینگھے کا سینگھ)	بقدرِ ضرورت

ترکیب تیاری: پانی کے ساتھ سل پر گھس لیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

لوبان	ایک گرام
موم	ایک گرام

ترکیب تیاری: ان دواؤں کو اتنا گرم کریں کہ وہ نرم ہو جائیں۔ پھر مونگ کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی ہلکے گرم پانی کے ساتھ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

نرکچور	۱۲ گرام
کالا نمک	۶ گرام

ترکیب تیاری: دونوں دواؤں کو الگ الگ سفوف بنا کر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

میتھی کے بیج	۱۲ گرام
شہد	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: میتھی کے بیجوں کو ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شہد ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

گل مدار (آک کے پھول)	ہر ایک ۱۲ گرام
سونٹھ	
اجوائن خراسانی	
تل کا تیل	۱۲۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کو تیل میں اتنا پکائیں کہ ان کا رنگ گہرا سرخ ہو جائے۔

ترکیب استعمال: یہ تیل ہلکا گرم سینہ پر ملیں۔

نوٹ: پہلی تین دواؤں کا سفوف ۱/۲ گرام سے ایک گرام پانی کے ساتھ لینا (دن میں دو بار) بھی فائدہ کرتا ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	حب اذاراقی	ایک گولی	سوتے وقت لیں
۲-	معجون جوگراج گوگل	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	قیروطی آردکرسنہ		درد کی جگہ پر ملیں

۴-	عرق عجیب	۵ قطرے	روغن السی ۶ ملی لیٹر میں ملا کر درد کی جگہ ملیں
۵-	روغن بابونہ	۶ ملی لیٹر	درد کی جگہ ملیں

ہدایات: سردی سے بچیں۔

(6) ڈبہ اطفال (پسلی چلنا)

اس مرض میں بچوں کا سانس تیز ہو جاتا ہے۔ سانس لیتے وقت پسلیوں کے نیچے گڑھا پڑ جاتا ہے۔ کھانسی شدید بخار اور درد بھی ہوتا ہے۔ چہرہ سرخ ہو جاتا ہے۔ سانس لیتے وقت نتھنے پھول جاتے ہیں۔ بچہ بے چین رہتا ہے۔

نسخہ نمبر۱:

میتھی	ایک گرام
السی	ایک گرام
شہد	۶ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کو ۶۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شہد ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار پلائیں۔

نسخہ نمبر۲:

لوبان	ایک گرام
نوشادر	ایک گرام
شہد	۶ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا سفوف بنا کر شہد میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی گرام دن میں تین بار چٹائیں۔

نسخہ نمبر۳:

عصارہ ریوند	۱۲ گرام
ایلوا	۱۲ گرام
مصطگی	۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک پیس کر تھوڑا سا پانی ملا کر مونگ کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی میں گھس کر دن میں دو بار چٹائیں۔

نوٹ: اگر دست آ رہے ہوں تو یہ گولی نہ دیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ایلوا	۱۲۵ ملی گرام

ترکیب تیاری و استعمال: ماں کے یا گائے کے دودھ میں گھول لیں اور بچہ کو پلا دیں۔

نوٹ: ایلوا بقدر ضرورت پانی میں گھول کر ہلکا گرم سینہ پر لگادیں۔

نسخہ نمبر ۵:

روغن تارپین	۱۲ ملی لیٹر
کافور	۶ گرام

ترکیب تیاری: کافور کو روغن میں حل کر لیں اور ایک شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: سینہ پر آہستہ آہستہ ملیں۔

نسخہ نمبر ۶:

لہسن	بقدر ضرورت
شہد	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: لہسن کچل کر اس کا ۳ ملی لیٹر پانی نکال لیں اور شہد ملالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں تین بار چٹائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- حب ڈبہ اطفال	ایک گولی	دن میں دو بار لیں
۲- حب عصارہ ریوند	ایک گولی	دن میں دو بار لیں
۳- شربت صدر	۶ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں
۴- قیروطی آرد کرسنہ		سینہ پر ملیں

ہدایات: بچہ کو سردی سے بچائیں اور ہلکی غذا دیں۔

(7) اختلاج قلب (دل کی دھڑکن)

نسخہ نمبر ۱:

تخم ریحان	۱۲ گرام
عرق گلاب	۱۳۵ ملی لیٹر
شکر	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: تخم ریحان کو عرق گلاب میں ایک گھنٹہ کے لئے بھگو دیں اور پھر شہد ملا دیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گل نیلوفر	ہر ایک ۶ گرام
برادہ صندل	
دھنیا	

ترکیب تیاری: یہ دوائیں رات کو ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں بھگو دیں اور صبح چھان کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

زہر مہرہ (سفوف)	۵۰۰ ملی گرام

ترکیب استعمال: پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

عطر موتیا یا عطر گلاب

ترکیب استعمال: سونگھیں۔

نسخہ نمبر ۵:

گڑھل کے پھول	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ۱۳۰ ملی لیٹر پانی میں ایک گھنٹہ تک بھگوئیں پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

گاجر	ایک عدد

ترکیب تیاری: گاجر کو گرم راکھ میں دبائیں یہاں تک کہ وہ نرم ہو جائے پھر اس کو صاف کر کے چھوٹے ٹکڑے کر لیں اور رات بھر شبنم میں رکھیں۔

ترکیب استعمال: صبح شکر چھڑک کر کھائیں۔

نسخہ نمبر ۷:

سونف	ہموزن
دھنیا	
چھوٹی الائچی	
طباشیر	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

نوٹ: یہ سفوف بدہضمی اور گیس میں مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۸:

دھنیا	۶ گرام
کشمش	۱۰ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگوئیں۔ صبح پیس کر چھان لیں اور پیئیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	خمیرہ گاؤزبان عنبری	۶ گرام	صبح لیں
۲-	خمیرہ مروارید	۶ گرام	صبح لیں
۳-	جوارش آملہ	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۴-	جوارش شاہی	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۵-	سفوف کشنیز	۳ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں

۶-	شربت گڑھل	۲۰ گرام	دن میں دو بار لیں
۷-	عرق بید مشک	۵۰ گرام	دن میں دو بار لیں
۸-	عرق گلاب	۵۰ گرام	دن میں دو بار لیں
۹-	عرق کیوڑہ	۵۰ گرام	دن میں دو بار لیں

ہدایات: گرم مصالحوں سے پرہیز کریں اور ہلکی غذائیں لیں۔

(8) غشی (بے ہوشی)

یہ عام کمزوری، صدمہ، غصہ، اختناق الرحم، ضعف قلب اور دیگر عصبی امراض کی وجہ سے ہوتی ہے۔ مریض بے ہوش ہو جاتا ہے۔ چہرہ پھیکا پڑ جاتا ہے۔ ہاتھ پیر ٹھنڈے ہو جاتے ہیں اور نبض کمزور ہو جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

زہر مہرہ
یشب
طباشیر
ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دیں۔

نسخہ نمبر ۲:

نرکچور ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کتیرا
صندل
کافور
گلاب

ترکیب استعمال: اگر بے ہوشی گرمی کی زیادتی کی وجہ سے ہو تو ان میں سے کوئی ایک سنگھائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ہینگ	ہموزن
کافور	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی گرام پانی یا عرق گلاب کے ساتھ دیں۔

نسخہ نمبر ۵:

برادہ صندل سفید	۳ گرام
برادہ صندل سرخ	۳ گرام
کافور	۲ گرام
عرق گلاب	۲۵ ملی لیٹر

ترکیب تیاری واستعمال: ان سب دواؤں کو سینہ پر آہستہ آہستہ ملیں۔

نوٹ: (۱) اگر بے ہوشی کسی صدمہ کی وجہ سے ہو تو خوشبودار چیزیں مثلاً صندل سنگھائیں۔

(۲) عرق گلاب یا سرد پانی چہرہ اور جسم پر چھڑکیں۔

(۳) جب بے ہوشی صرع (مرگی) یا اختناق الرحم کی وجہ سے ہو تو لہسن یا ہینگ سنگھائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جواہر مہرہ	۳۰ سے ۶۰ ملی گرام	دواء المسک معتدل جواہر والی ۳ سے ۶ گرام میں ملا کر دیں
۲-	حب جواہر	۲ گولیاں	عرق گلاب ۵۰ ملی لیٹر کے ساتھ دیں

8-امراض ثدی (پستان کی بیماریاں)

(1) ورم ثدی (پستان کا ورم تھنیلا)

یہ عام طور پر چوٹ لگنے یا پستان میں دودھ جمع ہو جانے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ پستان میں درد ورم سرخی اور سختی ہوتی ہے۔ سر میں درد اور ہلکا سا بخار بھی ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

جدوار	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: تھوڑے سے پانی میں پیس کر پستان پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ارنڈ کے بیج کی گری	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: باریک پیس کر تھوڑے سے دودھ میں ملا کر ہلکا گرم پستان پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

دھنیا کے تازہ پتے یا مکو کے تازہ پتے	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: تھوڑے سے پانی میں پیس کر پستان پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

اجوائن، دھنیا	ہموزن

ترکیب تیاری واستعمال: تھوڑے پانی میں پیس کر ہلکا گرم پستان پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

عرق گلاب

اسپغول کی بھوسی	بقدر ضرورت
سرکہ	

ترکیب تیاری واستعمال: اسپغول کی بھوسی کو سرکہ اور عرق گلاب میں ملا کر پستان پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

ٹیسو کے پھول	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: آدھا لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس پانی سے پستان کی ٹکور کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	مرہم جدوار	پستان پر لگائیں
۲-	ضماد جالینوس	پستان پر لگائیں

ہدایات: ۱- گرم پانی سے ٹکور کریں۔

۲- اگر ورم پستان میں دودھ کے جمع ہو جانے کی وجہ سے ہو تو دودھ کو بریسٹ پمپ سے یا ہاتھ سے نکالیں اور بچہ کو متاثرہ جانب سے دودھ نہ پلائیں۔

(2) قلت لبن (دودھ کی کمی)

نسخہ نمبر ۱:

ستاور	۲۵ گرام
زیرہ سفید	۲۵ گرام
شکر	۵۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا باریک سفوف بنا لیں اور شکر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۱۰ گرام ایک پیالی دودھ کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سونف	۳۰ گرام
گاجر	۳۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام ایک پیالی دودھ کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر۳:

بنولہ کی گری	۱۰ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: باریک پیس کر ۲۵۰ ملی لیٹر دودھ میں بقدر ضرورت شکر ملا کر کھیر بنالیں اور صبح لیں۔

نوٹ: ماں کو چاہیے کہ ۲۵۰ ملی لیٹر دودھ پی کر ایک گھنٹہ بعد بچہ کو دودھ پلائے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	لبوب اعظم	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	سفوف مزید شیر	۳ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون ثعلب	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	معجون ستاور	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۵-	معجون آردخرما	۶ گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: مقوی غذائیں استعمال کریں اور غم وفکر سے بچیں۔

(3) کثرت لبن (دودھ کی زیادتی)

نسخہ نمبر۱:

زیرہ سیاہ	
سرکہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: زیرہ سیاہ کو باریک سفوف بنا کر سرکہ میں ملائیں اور پستانوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۲:

اجوائن	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: تھوڑے پانی میں پیس کر پستان پر لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- اطریفل کشنیزی ۶ گرام سوتے وقت لیں

۲- جوارش کمونی ۶ گرام سوتے وقت لیں

ہدایات: دودھ اور مقوی غذاؤں سے پرہیز کریں۔ پستان سے دودھ بریسٹ پمپ یا ہاتھ سے نکالیں۔

9-امراض معدہ (معدہ کی بیماریاں)

(1) وجع المعدہ (معدہ کا درد)

یہ عام طور پر بدہضمی، ہضم کی کمزوری اور قبض کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس میں پیٹ میں ابھارہ آجاتا ہے اور ڈکاریں آتی ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

کالا نمک — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰ ملی گرام ہلکے گرم پانی کے ساتھ دن میں دوبار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سونف
اجوائن
کالا نمک
— ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام ہلکے گرم پانی کے ساتھ دن میں دوبار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سونف
زرنچور
دار چینی
— ہر ایک ایک گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دوبار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

جنگلی تلسی کے پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: پانی میں پیس کر لیپ بنائیں اور درد کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

نوشادر	۴ گرام
سونٹھ	۲ گرام
کھانے کا سوڈا	۴ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کو باریک سفوف بنا کر سوڈا ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

نوشادر	
سہاگہ بریان	ہموزن
ست پودینہ	

ترکیب تیاری: سب دواؤں کو علیحدہ علیحدہ سفوف بنا کر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

پودینہ	
چھوٹی الائچی کے دانے	ہر ایک ایک گرام
سونف	

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں ایک یا دو بار لیں۔

نوٹ: یہ بچوں کے لئے زیادہ مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۸:

ہینگ	ایک گرام

ترکیب تیاری: تھوڑے سے پانی کے ساتھ پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: ہلکا گرم کر کے پیٹ پر لگائیں۔

ٹ: ۱۲۵ ملی گرام ہینگ کا سفوف کھانا بھی مفید ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش کمونی	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۲-	جوارش رسباسہ	۵ گرام	دن میں دو بارہ بعد غذا لیں
۳-	جوارش جالینوس	۵ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۴-	حب حلتیت	۲ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۵-	حب کبد نوشادری	۲ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۶-	نمک جالینوس	۲ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۷-	نمک سلیمانی	ایک گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں

ہدایات: پیٹ کی سنکائی کریں اور ہلکی غذا لیں۔

(2) ضعف ہضم (ہضم کی کمزوری)

معدہ میں بھاری پن خصوصاً کھانے کے بعد محسوس ہوتا ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ بدبودار ڈکاریں یا متلی اپھارہ اور قے ہوتی ہے یہ عام طور پر غذا کی بے قاعدگی مصالحہ دار چیزوں کے زیادہ استعمال اور دوسری بے قاعدگیوں سے ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

مصطگی
سونف
بڑی الائچی کے دانے
ہر ایک ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

پوست آملہ خشک
زیرہ سفید
گل سرخ
کالا نمک
ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں

ترکیب استعمال: ۴ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

اجوائن
کالانمک ہموزن

ترکیب تیاری: عرق لیموں کے ساتھ یا سرکہ کے ساتھ پیس لیں اور چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گولیاں دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

لونگ	۳ گرام
سنگدانہ مرغ	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرم پانی کے ساتھ دن میں دو بار غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

نمک سیندھا	۱۲ گرام
آب ادرک	۶۰ ملی لیٹر
عرق لیموں	۶۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: تینوں کو اچھی طرح حل کر کے ایک صاف شیشی میں محفوظ کر لیں اور تین چار دن تک دھوپ میں رکھیں۔

ترکیب استعمال: ایک چائے کا چمچ آدھ پیالی پانی میں ملا کر دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

پپلی (دار فلفل)
عرق لیموں بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پپلی کو عرق لیموں میں پیس لیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی گرام پان میں رکھ کر دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

کالا نمک	
جوا کھار	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

سکنجبین سادہ

ترکیب استعمال: ۶ ملی لیٹر دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۹:

اجوائن	۱۲ گرام
نمک	۶ گرام

ترکیب تیاری: اجوائن کو سرکہ میں ۲۴ گھنٹہ تک بھگوئیں پھر خشک کر کے نمک کے ساتھ باریک پیس لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار بعد غذا لیں۔

نسخہ نمبر ۱۰:

سونف	
نرکچور	
پودینہ	ہر ایک ایک گرام
چھوٹی الائچی کے دانے	

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	جوارش عود شیریں	۶ گرام	دن میں دو بار لیں
۲۔	جوارش آملہ	۶ گرام	دن میں دو بار لیں

۳-	جوارش کمونی	۶ گرام	دن میں دو بار لیں
۴-	جوارش بسباسہ	۵ گرام	دن میں دو بار لیں
۵-	جوارش جالینوس	۵ گرام	دن میں دو بار لیں
۶-	حب حلتیت	۲ گرام	دن میں دو بار لیں
۷-	حب کبد نوشادری	۲ گرام	دن میں دو بار لیں
۸-	حب پچلونہ	۲ گرام	دن میں دو بار لیں
۹-	نمک جالینوس	۲ گرام	دن میں دو بار لیں

(3) ہیضہ (کالرا)

یہ ایک متعدی اور مہلک بیماری ہے جو وبائی طور پر پھیلتی ہے۔ مریض معدہ میں درد محسوس کرتا ہے جس کے ساتھ پیاس، قے اور پتلے دست ہوتے ہیں۔ دستوں کا رنگ اور قوام چاول کی پیچ کی طرح ہوتا ہے اور مریض تیزی سے کمزور ہو جاتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

ست پودینہ	ہموزن
ست اجوائن	
ست کافور	

ترکیب تیاری: ایک صاف شیشی میں ملا کر بند کر کے رکھ لیں۔ یہ پانی جیسا ہو جائے گا۔

ترکیب استعمال: ۵ قطرے ایک بڑا چمچہ پانی میں ملا کر تھوڑی تھوڑی دیر بعد دیں۔ قطروں کو شکر میں ملا کر بھی دے سکتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مدار کی جڑ کی چھال	ہموزن
کالی مرچ	
آب ادرک	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کو آب ادرک میں پیس لیں اور کالی مرچ کے برابر گولیاں بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی ۱۲ ملی لیٹر عرق گلاب کے ساتھ تھوڑی دیر بعد دیں۔

نسخہ نمبر ۳:

آب پیاز	۲۵ ملی لیٹر
ان بجھے چونے کا پانی	۲۵ ملی لیٹر
شہد	۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: سب دواؤں کو ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ ملی لیٹر تھوڑی دیر بعد دیں۔

نسخہ نمبر ۴:

نیم کے پتے	۵ عدد
کالی مرچ	۵ عدد
عرق گلاب	۲۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری واستعمال: پہلی دونوں دواؤں کو عرق گلاب میں پیس کر چھان لیں اور پلائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

تلسی کے تازہ پتے	۵ عدد
کالی مرچ	۵ عدد

ترکیب تیاری واستعمال: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں اور پلائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

نرکچور	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: (۱) دو گرام پانی کے ساتھ دن میں ۴ بار دیں۔

(۲) ۲۵ گرام سفوف آدھ لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار دیں۔

نسخہ نمبر ۷: سکنجبین

سکنجبین سادہ	۲۰ ملی لیٹر
عرق گلاب	۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری واستعمال: دونوں کو ملا کر تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار دیں۔

نسخہ نمبر ۸:

زہر مہرہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: پانی کے ساتھ سل پر گھس کر تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار چٹائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جواہر مہرہ	۶۰ ملی گرام	دواء المسک معتدل جواہر والی ۵ گرام میں ملا کر دن میں دو بار دیں۔
۲-	عرق بید مشک	۵۰ ملی لیٹر	دن میں دو بار دیں۔
۳-	عرق عجیب	۵ قطرے	ایک بڑے چمچے پانی میں ملا کر تھوڑی تھوڑی دیر بعد دیں۔

ہدایات: مریض کو بستر میں گرم رکھا جائے۔ مریض کے پیشاب پاخانہ کے برتن کو مانع تعدیہ دواؤں سے صاف کر کے ڈھانک کر رکھیں۔ مریض کے تیمارداروں کو ٹیکہ لگوانا چاہئے۔

(4) غثیان وقے (متلی اور قے)

نسخہ نمبر ۱:

سونف بڑی الائچی کے دانے پودینہ	ہر ایک ایک گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس لیں اور چھان کر پی لیں۔ ضرورت ہو تو دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

املی کا گودا	۶ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں دو گھنٹے تک بھگو کر چھان لیں اور پئیں۔

نسخہ نمبر۳:

ہلدی	ایک ٹکڑا

ترکیب تیاری: ہلدی کو جلا کر ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ڈبو کر فوراً نکال لیں۔

ترکیب استعمال: اس پانی کو تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر۴:

گیرو	۲۵ گرام
عرق گلاب	۱۲۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: گیرو کو گرم کر کے عرق گلاب میں ڈبو کر فوراً نکال لیں۔

ترکیب استعمال: یہ عرق تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر۵:

پوست ترنج	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: دو گرام پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر۶:

پیاز کا رس	ہموزن
پودینہ کا رس	
ادرک کا رس	
لیموں کا رس	
کھانے کا سوڈا	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: چاروں رس ایک جگہ ملا کر ایک صاف شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ ملی لیٹر رس ۱۲۰ ملی لیٹر پانی اور اس میں ایک چٹکی سوڈا ڈال کر فوراً لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ بدہضمی اور ہیضہ میں بھی مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۷:

آلو بخارا	
انار دانہ	بقدر ضرورت

ترکیب استعمال: حسب ضرورت چبا کر چوسیں۔

نسخہ نمبر ۸:

گھیکوار کا گودا	۱۰ گرام
نوشادر	ایک گرام

ترکیب تیاری: دونوں کو ملا کر چار دن تک رکھ دیں پھر چھان کر محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۵ قطرے آدھا پیالی پانی میں ملا کر پی لیں۔

نسخہ نمبر ۹:

گروساق	ہر ایک ایک گرام
انار دانہ	
زرورد	
زرشک	
طباشیر	
چھوٹی الائچی کے دانے	

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر چٹنی بنا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ حمل کے دنوں میں ہونے والی قے میں خاص طور پر مفید ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	جوارش تمر ہندی	۵ گرام	دن میں دو بار کھانے سے پہلے لیں
۲۔	جوارش انارین	۵ گرام	دن میں دو بار کھانے سے پہلے لیں

۳-	شربت انار ترش	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں
۴-	قرص پودینہ	۲۳ قرص	دن میں دو بار لیں
۵-	سکنجبین	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں

(5) عطش مفرط (پیاس کی زیادتی)

نسخہ نمبر ۱:

پیپل کی چھال ۲۵ گرام

ترکیب تیاری: چھال کو جلا کر اس کی راکھ ایک گلاس پانی میں آدھ گھنٹہ بھگو کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گل نیلوفر

ترکیب تیاری واستعمال: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ایک گھنٹہ تک بھگو کر چھان لیں اور تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

خرفہ کے بیج	۶ گرام
کھیرے کے بیج	۳ گرام
ککڑی کے بیج	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: تھوڑا تھوڑا دن میں کئی بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کنول گٹہ ۲۵ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: کنول گٹہ کو کچل کر پانی سے بھری صراحی میں ڈال دیں اور دن بھر یہی پانی پئیں۔

نوٹ: گرمی کے موسم میں بچوں کی پیاس میں بھی مفید ہے۔

(6) فواق (ہچکی)

نسخہ نمبر ۱:

کلونجی	۳ گرام
مکھن یا گھی	۶ گرام

ترکیب تیاری: کلونجی کا سفوف کر کے مکھن یا گھی ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ہچکی کے وقت استعمال کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

بھنگ کے پتے	۲ گرام
الائچی	ایک گرام

ترکیب تیاری واستعمال: پانی میں پیس لیں اور شکر سے میٹھا کر کے لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

چھوٹی الائچی کے چھلکے	بقدر ضرورت

ترکیب استعمال: چلم میں بھر کر حقہ کی طرح پئیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سرکہ	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب استعمال: ہچکی کے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

مغز بادام شیریں	۵ عدد
کالی مرچ	۵ عدد
شکر	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر چٹنی بنا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں تین بار لیں۔

نسخہ نمبر۶:

ہلدی	ایک گرام
شہد	۶ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ہلدی کا سفوف بنا کر شہد میں ملا کر دیں۔

نسخہ نمبر۷:

بڑی یا چھوٹی الائچی کے چھلکے	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس کی تین خوراکیں دن میں تین بار لیں۔

نسخہ نمبر۸:

شگر	۶ گرام

ترکیب استعمال: پانی کے ساتھ حسب ضرورت کئی بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش کمونی	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۲-	جوارش انارین	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۳-	حب کبد	۲ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۴-	قرص پودینہ	ایک قرص	دن میں دو بار بعد غذا لیں

(7) وجع الفواد (کوڑی کا درد)

نسخہ نمبر۱:

ہینگ	۱۲۵ ملی گرام
مویز منقی	ایک عدد

ترکیب تیاری واستعمال: ہینگ کو مویز منقی میں رکھ کر پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

پودینہ	۶ گرام
ملیٹھی	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: درد کے وقت پی لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

گل سرخ	۴ گرام
سونف	۴ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: درد کے وقت پی لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

موم	۳۷۵ ملی گرام
ہینگ	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: موم کو پگھلا کر ہینگ کا سفوف بنا کر ملا لیں اور چنے کے برابر گولیاں بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی کے ساتھ لیں۔

نوٹ: سینہ کے عضلاتی درد میں بھی یہ مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۵:

ست پودینہ	ہموزن
ست اجوائن	
کافور	

ترکیب تیاری: تینوں کو ملا کر ایک شیشی میں محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۵ قطرے ایک یا دو چائے کے چمچہ پانی میں ملا کر پئیں۔

نسخہ نمبر۶:

رائی	۳ گرام
سرکہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: رائی کو سرکہ میں پیس کر لیپ بنائیں۔

ترکیب استعمال: ایک صاف کپڑے کے ٹکڑے پر یہ لیپ پھیلا کر کوڑی کی جگہ پر لگا دیں۔ اور ۵ منٹ بعد نکال لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	سفوف زرنباد	۳ گرام	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۲۔	برشعشا	۳ گرام	پانی کے ساتھ درد کے وقت لیں

10-امراض کبد وطحال (جگر اور تلی کی بیماریاں)

(1) ضعف کبد (جگر کی کمزوری)

اس بیماری میں عام کمزوری اور دبلا پن ہوتا ہے۔ چہرہ کا رنگ خون کی کمی کی وجہ سے پھیکا پڑ جاتا ہے۔ بھوک میں کمی ہوتی ہے۔ مریض سیدھی جانب پسلیوں کے نیچے جگر کی جگہ پر درد محسوس کرتا ہے۔ کبھی کبھی پتلے دست بھی آتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

سونف
گل سرخ — ہر ایک ۶ گرام
پودینہ

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

اجوائن	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ۲۴ گھنٹے تک بھگو دیں۔ دن کو سایہ میں اور رات کو شبنم میں رکھیں اور چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح ناشتہ سے پہلے پی لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سونٹھ	۲۰ گرام
بالچھڑ	۲۰ گرام
دارچینی	۲۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کا باریک سفوف بنا کر شکر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۴:

ناگرموتھا	۲۰ گرام
تج	۲۰ گرام
بڑی الائچی	۲۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کو باریک سفوف کر کے شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۵:

ترپھلہ (سفوف)	۲۵ گرام
سرکہ	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: سفوف ترپھلہ کو سرکہ میں ۲۴ گھنٹے تک بھگو کر خشک کرلیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ صبح لیں۔

نسخہ نمبر۶:

انار کارس یا لیموں کارس	۲۵ ملی لیٹر
ہیراکسیس	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: ہیراکسیس کو رس میں حل کر کے شیشے کی بوتل میں محفوظ کرلیں۔

ترکیب استعمال: ۱۰ قطرے آدھ کپ پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: خون کی کمی میں خاص طور پر فائدہ کرتا ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون دبید الورد	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	دواء الکرکم	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	قرص کشتہ خبث الحدید	ایک گولی	دواء المسک سادہ ۶ گرام کے ساتھ صبح لیں

۴- شربت فولاد ۲۵ ملی لیٹر عرق برنجاسف ۵۰ ملی لیٹر کے ساتھ صبح لیں

۵- جوارش جالینوس ۶ گرام دن میں دو بار بعد غذا لیں

۶- نوشدارو ۶ گرام دن میں دو بار بعد غذا لیں

ہدایات: ہلکی اور جلد ہضم ہونے والی غذائیں لیں۔ چکنائی سے پرہیز کریں۔ صبح سیر کریں۔

(2) فقر الدم (خون کی کمی)

تمام بدن کا رنگ پھیکا پڑ جاتا ہے۔ خصوصاً آنکھ اور ناخن سفید پڑ جاتے ہیں۔ چہرہ اور پاؤں پر خاص طور سے سوجن آ جاتی ہے۔ عام کمزوری، چکر، بھوک کی کمی اور کبھی پتلے دست آ جاتے ہیں۔

علاج و ہدایات: جگر کی کمزوری میں لی جانے والی دوائیں جو اوپر بتائی گئی ہیں۔ اس بیماری میں بھی لیں۔ تازہ پھل اور مقوی غذا جیسے چوزے کا شوربا، انڈے، کلیجی کا رس، چقندر، گاجر، پالک اور میتھی لیں۔

(3) یرقان (پیلیا)

پیشاب اور آنکھوں کا رنگ پیلا اور جلد کا رنگ پھیکا ہو جاتا ہے۔ پاخانہ کا رنگ سفید یا خاکی ہوتا ہے۔ متلی، قے، بخار اور عام کمزوری ہو جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

سہاگہ بریاں	ہموزن
شورہ قلمی	
نوشادر	
پھٹکری	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مہندی کے پتے ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: کچل کر ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

تازہ گلوئے نیم	۳۵ گرام
شہد	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: گلو کو کچل کر ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دیں یہاں تک کہ آدھا رہ جائے۔
چھان کر ٹھنڈا ہونے پر شہد ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

مولی کا پانی	۲۵ ملی لیٹر
نوشادر	۲۵۰ ملی گرام

ترکیب تیاری: مولی کو کچل کر اس کا پانی نکال لیں اور اس میں نوشادر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

کاسنی کے بیج	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو دیں صبح مل کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

ببول کے پھول	۶ گرام
نیلوفر کے پھول	۶ گرام
ریوند چینی	۴ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

کاسنی کے بیج	
ملیٹھی	ہموزن
کالا نمک	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

ببول کے پھول	۶ گرام
زیرہ سفید	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح پی لیں۔

نسخہ نمبر ۹:

افسنتین	۹ گرام
نوشادر	۵۰۰ ملی گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر آگ پر رکھ دیں۔ جب پانی الگ ہو جائے تو آگ سے ہٹا کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۱۰:

مکو کے تازہ پتے	
کاسنی کے تازہ پتے	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: دونوں کو کچل کر ۶۰ ملی لیٹر رس نکالیں اور آگ پر رکھ دیں۔ جب پانی الگ ہو جائے تو آگ سے ہٹا کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۱۱:

چرچٹہ ۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	شربت کاسنی	۲۵ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۲۔	شربت دینار	۲۵ ملی لٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۳۔	شربت بزوری معتدل	۲۵ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۴۔	معجون دبید الورد	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۵۔	حب کبد نوشادری	۲ گولیاں	دن میں دو بار لیں
۶۔	سکنجبین	۲۵ ملی لیٹر	دن میں دو بار لیں

ہدایات: چکنی چیزوں سے پرہیز کریں۔ نمک کم کھائیں۔

(4) عظم طحال (تلی کا بڑھ جانا)

بڑھی ہوئی تلی پسلیوں کے نیچے بائیں جانب دبانے سے محسوس ہوتی ہے۔ پیٹ پھولا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ خون کی کمی بھی ہوتی ہے۔ تلی عام طور پر ملیریا کے بار بار حملوں کی وجہ سے بڑھ جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

شورہ قلمی ۲ گرام

کیلا ایک عدد

ترکیب تیاری واستعمال: شورہ کا سفوف کر لیں۔ ایک کیلے میں شگاف دے کر یہ سفوف بھر دیں۔ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کچا پپیتہ بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پپیتہ کے چھوٹے ٹکڑے کر کے سرکہ میں ڈال کر رکھیں۔

ترکیب استعمال: ان ٹکڑوں میں سے ۶ گرام لے کر نمک چھڑک کر صبح لیں۔
نوٹ: تازہ کچا پپیتہ بھی نمک چھڑک کر لے سکتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سہاگہ بریاں	۱۲ گرام
رائی	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف کریں۔
ترکیب استعمال: ایک گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گل سرخ	
مولی کے بیج	ہر ایک ۶ گرام
ایلوا	
سرکہ	۱۲ ملی لیٹر
روغن گل	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کا باریک سفوف بنالیں۔ سرکہ اور روغن گل ملا کر لیپ بنا لیں۔
ترکیب استعمال: ایک کپڑے پر یہ لیپ پھیلا کر تلی کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

اجوائن
گھیکوار کا گودا

ترکیب تیاری: اجوائن کو گھیکوار کے گودے میں تر کر کے سکھائیں۔
ترکیب استعمال: ۲ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

نوشادر	۲ گرام
مولی	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: مولی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں۔ ان پر نوشادر چھڑک کر رات بھر

شبنم میں رکھیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

نوشادر	
گھیکوار	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: گھیکوار میں ایک چھوٹا شگاف لگائیں اور اس کو نوشادر سے بھر دیں۔ پھر اس کو باندھ کر اس طرح لٹکا دیں کہ اس سے ٹپکنے والا پانی نیچے ایک برتن میں جمع ہو جائے۔

ترکیب استعمال: ۱۰ قطرے ۶۰ ملی لیٹر پانی میں ملا کر دن میں دو تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

انجیر	
سرکہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: انجیر کو سرکہ کے ساتھ پیس کر لیپ تیار کر لیں۔

ترکیب استعمال: یہ لیپ ایک صاف کپڑے پر پھیلا کر تلی کی جگہ پر لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون دبید الورد	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	دواء الکرکم	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	دواء المسک معتدل سادہ	۶ گرام	صبح لیں
۴-	حب کبریت	۲ گولیاں	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۵-	ضماد اشق		تلی کی جگہ پر لگائیں
۶-	ضماد سنبل الطیب		تلی کی جگہ پر لگائیں
۷-	ضماد جالینوس		تلی کی جگہ پر لگائیں

ہدایات: گرم مصالحہ دار اور چکنی چیزوں سے پرہیز کریں۔

11-امراضِ امعاء (آنتوں کی بیماریاں)

(1) اسہال (دست آنا)

دستوں کا بار بار اور زیادہ مائیت کے ساتھ اخراج اسہال کہلاتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

بیلگری خشک	ہموزن
زیرہ سفید	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ۴ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گگرونده کے تازہ پتے	حسب ضرورت

ترکیب تیاری: باریک پیس کر بنگالی چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔
ترکیب استعمال: ۲ گولیاں پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کونپل جامن	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔
ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گولر کے پتے	۱۰ عدد

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔
ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

موچرس	۲۵ گرام

بھدانہ بھنا ہوا	۱۲ گرام
سہاگہ بھنا ہوا	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

سونٹھ	
زیرہ	ہر ایک ۲۰ گرام
تیزپات	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

پوست آملہ	۱۲۰ گرام
مصطگی	۶۰ گرام
عرق گلاب	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پہلی دواؤں کا باریک سفوف کرلیں اور عرق گلاب میں ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گولیاں دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

جامن کی گٹھلی کی گری	
آم کی گٹھلی کی گری	ہر ایک ۱۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام دن میں دوبار لیں۔

نوٹ۔ یہ سفوف جریان منی سیلان الرحم اور ذیابیطس میں بھی فائدہ کردیتا ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔ حب رال ۲ گولیاں دن میں دوبار لیں

۲-	حب ساق	۱ گولی	دن میں دوبار لیں
۳-	حب حلتیت	۱ گولی	دن میں دوبار لیں
۴-	جوارش آملہ	۶ گرام	دن میں دوبار لیں
۵-	جوارش مصطگی	۶ گرام	دن میں دوبار لیں
۶-	سفوف مویا	۳ گرام	دن میں دوبار لیں
۷-	مالتی بسنت یا توتیائے کبیر	۲۵۰ ملی گرام	معجون سنگدانہ مرغ ۶ گرام میں ملا کر دن میں دو بار بعد غذا لیں۔

ہدایات: ہلکی غذائیں' مرچ' مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔

(2) اسہال اطفال (بچوں کے دست)

اس میں چھوٹے بچے کو پتلے' ہرے جھاگ دار اور دہی کے مانند پھٹے ہوئے دست آتے ہیں جن میں کھٹی بو ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

زرچوب	۱۲ گرام
زہر مہرہ	۶ گرام
گوند ببول	۶ گرام

ترکیب تیاری: تھوڑے سے پانی کے ساتھ پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی میں گھول کر دن میں دو بار دیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کالا نمک	۶۰ گرام
عرق گلاب	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: کالے نمک کو گرم کر کے عرق گلاب میں ڈبو کر فوراً نکال لیں۔

ترکیب استعمال: یہ عرق ۲۰ ملی لیٹر دن میں چار پانچ بار دیں۔

نسخہ نمبر ۳:

انڈے کی سفیدی	۱ عدد

ترکیب تیاری واستعمال: انڈے کی سفیدی کو پھینٹ کر بچہ کو پلائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

وج ترکی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ہلکا سا بھون کر سفوف کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۲۵۰ ملی گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار دیں۔

نسخہ نمبر ۵:

موچرس	۱۲ گرام
سہاگہ	۱۲ گرام
بہدانہ بریاں	۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

زرچوبر	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

زرچوبر	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: زرچوبر کو کچل کر ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن بھر میں ۴ خوراکوں میں دیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	سفوف زرنباد	۵۰۰ ملی گرام	پانی کے ساتھ دن میں دو بار دیں
۲۔	حب زرچوبر	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار دیں
۳۔	حب زہر مہرہ	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار دیں
۴۔	جوارش مصطگی	۲ گرام	دن میں دو بار دیں

۵- خمیرۂ خشخاش ۲ گرام دن میں دوبار دیں
۶- شربت بیلگری ۶ ملی لیٹر دن میں دوبار دیں

ہدایات: بچہ کو وقت پر دودھ پلائیں۔

(3) زحیر (پیچش)

بار بار دست آؤں اور خون کے ساتھ آتے ہیں۔ پیٹ میں مروڑ اٹھن اور درد بھی ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

انار کے پتے ۱۰ عدد

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی کے ساتھ پیس کر چھان لیں۔
ترکیب تیاری: دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ہلیلہ خورد (چھوٹی ہڑ)
شکر
ہموزن

ترکیب تیاری: ہلیلہ کو گھی میں بھون کر باریک سفوف بنالیں اور شکر ملالیں۔
ترکیب استعمال: ۶ گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

گلاب کے ہرے پتے ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔
ترکیب استعمال: دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سنگ جراحت
شکر
ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

نسخہ نمبر۵:

بیلگری خشک — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۶:

مدار کی جڑ کی چھال — ۲۵۰ ملی گرام
اسپغول کی بھوسی — ۳ گرام

ترکیب تیاری: مدار کی جڑ کی چھال کا باریک سفوف بنائیں اور اس میں اسپغول کی بھوسی ملا لیں۔
ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔
نوٹ: ۲۵۰ ملی گرام مدار کی جڑ کی چھال کا سفوف مکھن، گھی یا دہی کے ساتھ بھی لے سکتے ہیں۔

نسخہ نمبر۷:

کنوچہ کے بیج
بارتنگ کے بیج
ریحان کے بیج
اسپغول
— ہموزن

ترکیب تیاری: سب ادویہ کو ملالیں۔
ترکیب استعمال: ۴ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۸:

بھنگرہ کے تازہ پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: کچل کر رس نچوڑ لیں۔
ترکیب استعمال: ۴ قطرے ایک بڑے چمچے دہی میں ملا کر دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ ادویئیں:

۱۔ سفوف طین — ۳ گرام — پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

۲-	سفوف مویا	۳ گرام	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۳-	سفوف مقلیا ثا	۳ گرام	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۴-	حب پیچش	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۵-	تریاق پیچش	۲ گرام	دن میں دو بار لیں
۶-	شربت حب الآس	۲۵ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۷-	مربہ بیلگری	۲۵ گرام	صبح لیں

ہدایات: کھچڑی (دہی کے ساتھ) دلیا اور ساگودانہ کھائیں۔

(4) قولنج

اس میں پیٹ میں تیز درد قبض اپھارہ اور گڑگڑاہٹ کی آوازیں ہوتی ہیں۔

نسخہ نمبر۱:

ہینگ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: (۱) ۱۲۵ ملی گرام ہلکے گرم پانی کے ساتھ لیں۔

(۲) ہینگ کو تل یا سرسوں کے تیل میں ملا کر ارنڈ یا پان کے پتے پر لگائیں اور اس پتے کو تھوڑا گرم کر کے پیٹ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۲:

بھنگرہ کے تازہ پتے	۱۲ گرام
نمک	ایک گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۳:

کرنجوہ کی گری	۱/۲ عدد
کالی مرچ	۵ عدد

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: پانی کے ساتھ دن میں ایک یا دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

صابن	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: چھوارے کی گٹھلی کے برابر صابن کاٹ کر کسی کھانے کے تیل سے تر کر لیں۔

ترکیب استعمال: اس کو پاخانہ کی جگہ اندر بتی کی طرح رکھیں۔

نسخہ نمبر ۵:

جنگلی تلسی کے پتے	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: یہ لیپ پیٹ پر لگائیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	جوارش کمونی مسہل	۱۰ گرام	ہلکے گرم پانی کے ساتھ دیں
۲-	جوارش شہریاران	۱۰ گرام	ہلکے گرم پانی کے ساتھ دیں
۳-	قرص حلتیت	۲ گولیاں	دن میں دو بار لیں
۴-	سفوف آملہ	ایک گرام	دن میں دو بار لیں
۵-	شربت دینار	۴۰ ملی لیٹر	ہلکے گرم پانی کے ساتھ لیں

(5) قبض

نسخہ نمبر ۱:

ہلیلہ سیاہ (چھوٹی ہڑ)	۲۵ گرام
بادام کی گری	۲۵ گرام
شہد	۵۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دونوں دواؤں کو پیس کر شہد ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲ گرام دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: یہ نسخہ بواسیر اور دائمی قبض کے لئے بھی فائدہ کرتا ہے۔

نسخہ نمبر ۲:

اسپغول

ترکیب استعمال: ۶ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سنا	
سونٹھ	ہموزن
سونف	
نمک سیندھا	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	اطریفل زمانی	۱۰ گرام	ہلکے گرم پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	اطریفل ملین	۱۰ گرام	ہلکے گرم پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	روغن بادام	۶ ملی لیٹر	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	شربت ارزانی	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دوبار لیں
۵-	گلقند	۲۵ گرام	سوتے وقت لیں
۶-	معجون انجیر	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: (ہرے پتے والی) سبزیاں اور پھلوں کا رس لیں۔ پانی زیادہ مقدار میں پئیں۔ کافی۔ چاکلیٹ اور مٹھائیوں سے بچیں۔ پاخانہ کے وقت زیادہ زور نہ لگائیں۔ وقت پر پاخانہ کی عادت ڈالیں۔ خاص طور پر صبح اٹھتے ہی جایا کریں۔

(6) دیدان امعاء (آنتوں کے کیڑے)

پیٹ کے کیڑے کئی قسم کے ہوتے ہیں۔ اس میں عام طور پر پیٹ بڑھا ہوا ہوتا ہے۔ خالی پیٹ میں درد بھوک کی زیادتی اور نیند میں بے چینی ہوتی ہے۔ مریض نیند میں دانت پیستا ہے اور منہ سے رال بہتی ہے۔ پاخانہ کی جگہ پر خارش ہوتی ہے۔ مریض دن بہ دن کمزور اور چڑچڑا ہو جاتا

ب۔

نسخہ نمبر ۱:

گگرونده کے پتے	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کمیلہ	۵۰۰ ملی گرام
دہی	۶۰ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: کمیلہ کو دہی میں ملا کر سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

باؤبڑنگ	
شکر	بموزن

ترکیب تیاری: باؤبڑنگ کا باریک سفوف بنا کر شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

کریلے کا چھلکا	۳۰ گرام
دہی	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: کریلے کا اوپری چھلکا چھیل کر سکھا لیں اور باریک پیس کر دہی میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

انار کی جڑ کی چھال	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: سایہ میں سکھا کر سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	اطریفل دیدان	۶ گرام	ہلکے گرم پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	قرص دیدان	۱ تا ۲ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	حب حلتیت	۲ گولیاں	پانی کے ساتھ دن میں دو بار بعد غذا لیں

ہدایات: ہضم کی خرابی سے بچیں۔ ایسے بچوں کو مٹی وغیرہ کھانے سے روکیں۔ مٹھائیوں سے پرہیز کریں۔

(7) بواسیر

قبض، سخت فضلہ (سدے) خون ملا ہوا پاخانہ کی جگہ پر جلن و چبھن اور بیٹھنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ مسوں کی موجودگی ہاتھ سے محسوس ہوتی ہے۔ جن میں سے خون پاخانہ کے بعد ٹپکتا ہے۔

نسخہ نمبر۱:

مہندی کے تازہ پتے	۱۲ گرام
سہاگہ بھنا ہوا	۱۲۵ ملی گرام

ترکیب تیاری: مہندی کے پتوں کو پانی میں پیس کر چھان لیں اور سہاگہ ملا لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

ریٹھے کا چھلکا جلایا ہوا	ہموزن
کتھا	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۱/۲ تا ۱ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۳:

بینگن	ایک عدد

ترکیب تیاری: بینگن کو سکھا کر جلا کر راکھ بنالیں۔

ترکیب استعمال: مسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

قرن الجاموس (بھینس کا سینگ)

مکروندے کے پتوں کا رس — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: سینگ کو جلا کر راکھ بنا لیں اور مکروندے کے رس میں ملا کر لیپ بنا لیں۔

ترکیب استعمال: مسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

افیون	۲ گرام
مازو	۴ گرام
کافور	۲ گرام
مکھن	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کو پیس کر مکھن پر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: مسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

نمکولی یا نمکولی کی گری — ۷ عدد

ترکیب استعمال: پانی کے ساتھ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۷:

رسوت

نیم کے پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: نیم کے پتے کچل کر رس نچوڑ لیں۔ اسے آگ پر رکھ کر پھاڑ لیں اور چھان لیں۔ اس پانی کے ساتھ رسوت کی چنے کے برابر گولیاں بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گولیاں دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

بکائن کے پتے

بھنگ کے پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: دونوں کو پیس کر ٹکیہ بنالیں۔

ترکیب استعمال: ٹکیہ کو مسوں پر رکھ کر باندھ دیں۔

نسخہ نمبر ۹:

کچلہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: پانی کے ساتھ ایک پتھر پر گھس کر مسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۱۰:

دھنیا کے تازہ پتے	۲ گرام
گیرو	ا گرام

ترکیب تیاری: دونوں کو پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: مسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۱۱:

اسپغول یا	
اسپغول کی بھوسی	۶ گرام

ترکیب تیاری: سوتے وقت پانی کے ساتھ لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون مقل	۱۰ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	اطریفل مقل	۱۰ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	حب رسوت	ا گولی	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	حب مقل	ا گولی	دن میں دوبار لیں
۵-	مربہ ہلیلہ	۲۵ گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: صبح سیر کریں' سبزیاں اور پھلوں کے رس لیں' جلد ہضم ہونے والی غذا کھائیں' مرچ اور گرم مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔

(8) خروج المقعد (کانچ نکلنا)

پاخانہ کرتے وقت آنت کا نچلا کچھ حصہ باہر نکلتا ہے جو بعد میں اوپر چڑھ جاتا ہے۔ یہ

زیادہ تر چھوٹے بچوں میں ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

آم کے پتے	۲۵ گرام
جامن کے پتے	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ایک لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس ہلکے گرم پانی سے پاخانہ کی جگہ کو دھوئیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مازو
پھٹکری ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: مقعد (پاخانہ کی جگہ) کو دھو کر اس سفوف کو چھڑکیں اور نیچے اترے ہوئے حصہ کو دبا کر اندر کردیں۔ اس طریقہ کو چند دنوں تک دہراتے رہیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ببول کی چھال	۱/۲ کلوگرام

ترکیب تیاری: ۵ لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ایک ٹب میں یہ پانی ڈال کر اس میں ۵ سے ۱۰ منٹ تک اس طرح بیٹھیں کہ کانچ ڈوب جائے اور نیچے لکھی دواؤں کے سفوف کو اس پر چھڑکیں اور آہستہ سے اندر دبا دیں۔

گل سرخ
گلنار
کتھا
ہموزن

ہدایات: ہلکی غذا لیں۔ اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ کھانسی اور قبض نہ ہونے پائے۔

12- امراض کلیہ و مثانہ (گردہ و مثانہ کی بیماریاں)

(1) وجع الکلیہ (گردہ کا درد)

مریض کمر میں ریڑھ کی ہڈی کے کسی ایک طرف گردہ کے مقام پر درد محسوس کرتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

شورہ قلمی
گندھک آملہ سار — ہموزن

ترکیب تیاری: دونوں دواؤں کو علیحدہ علیحدہ باریک سفوف بنا کر ملا لیں اور ہلکی آگ پر گرم کر کے شیشی میں اچھی طرح بند کر کے رکھیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام یہ دوا ۴۰ ملی لیٹر مولی کے پانی کے ساتھ روزانہ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ریوند چینی
شورہ قلمی
نوشادر — ہموزن
سہاگہ
پھٹکری

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ۳/۲ گرام سفوف ۶۰ ملی لیٹر پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

موم (کچا) — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: مٹر کے برابر گولیاں بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی ہلکے گرم پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۴:

کالی مرچ	۵عدد
انڈے کی زردی	۱عدد

ترکیب تیاری: کالی مرچ کا سفوف بنالیں اور اس کو انڈے کی زردی میں اچھی طرح ملا لیں اور تھوڑی سی ہلدی بھی ملالیں۔

ترکیب استعمال: یہ لیپ کمر پر درد کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۵:

کلتھی	۲۵گرام

ترکیب تیاری: ۳/۴لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس کی تین خوراکیں بنا کر دن میں تین بار لیں۔

نسخہ نمبر۶:

مکئی کے بھٹے کے بال	۲۵گرام

ترکیب تیاری: ۲/۱لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس پانی کو دن میں تین چار بار لیں۔

نسخہ نمبر۷:

عرق لیموں	۱۲ملی لیٹر
سہاگہ	۲۵۰ملی گرام
نوشادر	۲۵۰ملی گرام
شورہ قلمی	۲۵۰ملی گرام

ترکیب تیاری: آخری تین دواؤں کو عرق لیموں میں حل کریں۔

ترکیب استعمال: درد کی شدت کے وقت لیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	جوارش زرعونی	۶گرام	سوتے وقت لیں
۲-	معجون حجرالیہود	۶گرام	سوتے وقت لیں

۳-	شربت بزوری معتدل	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	شربت دینار	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

ہدایات: گرم پانی کی بوتل سے سنکائی کریں۔ قبض دور کریں۔ جسمانی محنت سے بچیں۔ ہلکی اور پتلی غذا لیں۔

(2) حصاۃ الکلیہ و مثانہ (گردے اور مثانہ کی پتھری)

اس میں شدید اور نا قابل برداشت درد ہوتا ہے۔ اس کے دورے کبھی جلد جلد اور کبھی کافی دیر سے ہوتے ہیں۔ یہ درد کمر سے شروع ہو کر کنج ران فوطوں سے ہوتا ہوا سپاری (حشفہ) تک پھیل جاتا ہے۔ پیشاب مشکل سے آتا ہے۔ کبھی پیشاب میں خون ملا ہوا ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر:۱

حجر الیہود (سفوف)	۵۰۰ ملی گرام
عرق گلاب	۶۰ ملی لیٹر

ترکیب استعمال: سفوف عرق گلاب کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر:۲

کھیرا	۳ گرام
ککڑی	۳ گرام
خربوزہ کے بیج	۶ گرام
گوکھرو (چھوٹا)	۴ گرام
کلتھی	۴ گرام

ترکیب تیاری: ان دواؤں کو کوٹ کر ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر:۳

کلتھی	۶ گرام
مولی کا رس	۲۵ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: کلتھی کو ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور مولی کا رس ملا لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سرپھوکہ ۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- کشتہ حجر الیہود ۲۵۰ ملی گرام معجون حجر الیہود ۷ گرام میں ملا کر سوتے وقت لیں

۲- معجون عقرب ۷ گرام سوتے وقت لیں

۳- معجون سنگ سرماہی ۷ گرام سوتے وقت لیں

۴- شربت بزوری ۳۰ ملی لیٹر پانی کے ساتھ لیں

۵- حب کا کنج ۲ گولیاں پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

۶- بنادق البزور ۴ گولیاں پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

۷- برشعشا ۳ گرام پانی کے ساتھ شدت کے درد کے وقت لیں

ہدایات: گرم پانی کے ٹب میں آبزن کرنے سے درد کو آرام ملتا ہے۔ بادی اور دیر ہضم غذائیں نہ لیں۔

(3) ذیابیطس

پیشاب کا بار بار اور کثرت سے آنا' بھوک اور پیاس کی زیادتی' اور عام کمزوری ذیابیطس کی عام علامات ہیں' پیشاب اور خون میں شکر موجود ہوتی ہے۔ جس کی فیصد مقدار لیبارٹری کے ذریعہ جانچ کرا کے معلوم کی جا سکتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

جامن کی گٹھلی کی گری ۶۰ گرام

ترکیب تیاری: خشک کر کے ایک سفوف کر لیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۲:

بنولہ کی گری	۲ گرام

ترکیب تیاری: ۵۰۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ ۲۵۰ ملی لیٹر رہ جائے پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۳:

فالسہ کی چھال	۱۲ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگوئیں اور صبح چھان کر پی لیں۔

نسخہ نمبر۴:

کریلہ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: کریلہ کو کچل کر اس کا رس نچوڑ لیں۔

ترکیب استعمال: ۲۵ ملی لیٹر رس دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۵:

نیم کی کونپلیں	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر۶:

بیل کے پتے	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۶۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر۷:

گکورہ	۱ عدد

ترکیب تیاری و استعمال: (۱) کچل کر رس نکال لیں اور صبح و شام لیں۔
(۲) خشک کرکے سفوف کرکے دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	قرص ذیابیطس	ایک قرص	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۲-	قرص سلاجیت	ایک قرص	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۳-	کشتہ زمرد	۱۲۵ ملی گرام	پانی کے ساتھ صبح لیں
۴-	کشتہ بیضہ مرغ	۲۵۰ ملی گرام	پانی کے ساتھ صبح لیں
۵-	جوارش زرعونی	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۶-	جوارش جالینوس	۶ گرام	دن میں دو بار لیں

ہدایات: مٹھائی میٹھے پھل نشاستہ دار غذا جیسے آلو چاول وغیرہ سے پرہیز کریں۔ صبح سیر کریں۔

(4) سلس البول (پیشاب کا بار بار آنا)

اس میں پیشاب بار بار آتا ہے جسے روکنا مشکل ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ا:

جاوتری شکر	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ایک گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

جاوتری ناگرموتھا کندر بھنگ کے بیج	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کالے تل اجوائن گڑ	ہموزن

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا دردرا سفوف بنالیں اور گڑ میں ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

دار چینی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

گیرو کندر	ہموزن

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	کشتہ زمرد	۱۲۵ ملی گرام	جوارش جالینوس ۶ گرام میں ملا کر سوتے وقت لیں
۲-	معجون ماسک البول	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون کندر	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	معجون فلاسفہ	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۵-	جوارش زرعونی	۶ گرام	سوتے وقت لیں

(5) احتباس بول (پیشاب کا رک جانا)

اس میں پیشاب بہت کم مقدار میں جلن کے ساتھ آتا ہے یا کبھی بالکل بند بھی ہو جا-

ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

شورہ قلمی	۲ گرام
جوا کھار	۲ گرام
ریوند چینی	۲ گرام
سونف	۲ گرام
شکر	۸ گرام

ترکیب تیاری: پہلی چار دواؤں کا باریک سفوف کر کے شکر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سونف	۴ گرام
خربوزہ کے بیج	۴ گرام
کھیرے کے بیج	۴ گرام
ککڑی کے بیج	۳ گرام
گوکھرو (چھوٹا)	۴ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور ۶ گرام شکر ملا کر پی لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ریوند چینی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

شورہ قلمی	۶ گرام
چوہے کی مینگنی	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنا لیں۔

ترکیب استعمال: پیڑو پر لگائیں۔
ہدایات: پیڑو پر دس منٹ تک باری باری ٹھنڈے اور گرم پانی سے دھاریں۔

(6) بول فی الفراش (سوتے میں پیشاب کرنا)

پیشاب غیر ارادی طور پر سوتے میں بستر پر خارج ہو جاتا ہے۔ یہ عام طور پر بچوں میں ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

آملہ کا چھلکا	۱۰ گرام
زیرہ سیاہ	۱۰ گرام
شہد	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا باریک سفوف بنالیں اور شہد ملالیں۔
ترکیب استعمال: ۶ گرام سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گلنار	
مائین (چھوٹی)	
گوند ببول	ہموزن
دھنیا بھنا ہوا	
کالے تل	
گڑ	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پہلی پانچ دواؤں کا باریک سفوف بنالیں اور اس کے ہموزن گڑ ملالیں۔
ترکیب استعمال: ۶ گرام سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سنگھاڑا خشک	
شکر	ہموزن

ترکیب تیاری: سنگھاڑے کا باریک سفوف بنا کر شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر۴:

انار کی چھال	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	کشتہ زمرد	۵۰ ملی گرام	جوارش جالینوس ۶ گرام میں ملا کر سوتے وقت لیں
۲-	معجون ماسک البول	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون کندر	۶ گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: کالے تل یا تل کے لڈو کھانا بھی فائدہ کرتا ہے۔

(7) بول الدم (پیشاب میں خون آنا)

پیشاب میں خون آتا ہے جس کے ساتھ کبھی درد اور جلن بھی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر۱:

چاکسو	۳ گرام
صندل سفید کا برادہ	۵ گرام

ترکیب تیاری: برادہ کو ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں بھگو کر چھان لیں اور چاکسو کا سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: چاکسو کا سفوف اس صندل کے پانی کے ساتھ صبح لیں۔

نسخہ نمبر۲:

فالسہ کی چھال	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر۳:

گیرو	۱۰ گرام

سنگ جراحت	۱۰ گرام
تخم انجبار	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۳ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

جو	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ایک لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس کی تین خوراکیں بنا کر دن میں تین بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	شربت بزوری	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	شربت انجبار	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	قرص کہربا	۲ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	قرص گلنار	۲ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

ہدایات: گرم اور مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔

(8) سوزاک

پیشاب کی نالی میں سوجن اور زخم ہوتے ہیں۔ پیشاب میں جلن ہوتی ہے اور پیپ آتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

رال سفید	۱۵ گرام
شکر	۱۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام سفوف پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کباب چینی	۴ گرام

ترکیب تیاری و استعمال: باریک سفوف بنا کر ایک پیالی چھاچھ میں چھڑک دیں اور پیالی کو ایک کپڑے سے ڈھک کر رات بھر شبنم میں رکھ دیں اور صبح پی لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کندر	۳۰ گرام
سنگ جراحت	
رال سفید	
شکر	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دودھ کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ریہ گازران (دھوبی کے کپڑے دھونے کی مٹی)	۶ گرام
نیم کے تازہ پتیوں کا رس	۰۰ گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں ریہ کو رات بھر بھگو کر چھان لیں اور نیم کے پتوں کا رس ملا لیں۔

ترکیب استعمال: صبح پی لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

ہلدی	۲۰ گرام
آملہ خشک	۲۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش جالینوس	۴ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	خمیرہ صندل	۶ گرام	صبح لیں
۳-	سفوف اندری جلاب	۵ گرام	چھاچھ کے ساتھ صبح لیں
۴-	قرص کافور	۲ قرص	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

۵- قرص سوزاک ایک قرص پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

ہدایات: مصالحہ دار غذاؤں اور گوشت سے پرہیز کریں۔ مکمل صحت ہونے تک جماع سے پرہیز کریں ورنہ یہ بیماری مخالف جنس کو بھی لگ جائے گی۔

(9) حرقۃ البول (پیشاب کی جلن)

نسخہ نمبر ۱:

دھنیا	۶ گرام
صندل کا سفید کا برادہ	۶ گرام
آملہ خشک	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان لیں اور شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: صبح پی لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کھیرے کے بیج	۶ گرام
ککڑی کے بیج	۶ گرام

ترکیب تیاری: تھوڑا کچل کر ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دیں اور چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ریوند چینی	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

انڈے کی سفیدی	۱ عدد

ترکیب تیاری و استعمال: انڈے کی سفیدی کو پھینٹ لیں اور ایک پیالی ہلکے گرم دودھ میں ملا کر صبح پی لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	بنادق البزور	۴ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	خمیرہ صندل	۶ گرام	صبح لیں
۳-	سفوف اندری جلاب	۵ گرام	چھاچھ کے ساتھ صبح لیں
۴-	قرص کاکنج	۲ گولیاں	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۵-	قرص سوزاک	ایک قرص	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

13- امراض مردانہ (مردوں کی بیماریاں)

(1) ضعف باہ (مردانہ کمزوری)

۱-	معجون ثعلب	۱۰ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	معجون آردخرما	۱۰ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	لبوب کبیر	۱۰ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	لبوب اعظم	۱۰ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۵-	حلوائے گزر مغز سر کنجشک والا	۲۵ گرام	دودھ کے ساتھ صبح لیں
۶-	حلوائے بیضہ مرغ	۲۵ گرام	دودھ کے ساتھ صبح لیں
۷-	حب عنبر مومیائی	ایک گولی	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں

ہدایات: کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔ مقوی غذائیں اور خشک میوے کھائیں۔ بدن کی مالش اور ہلکی ورزش کریں۔ قبض نہ ہونے دیں۔

نوٹ: جریان کے لئے جو دوائیں لکھی گئی ہیں وہ اس بیماری میں بھی فائدہ کرتی ہیں۔

(2) جریان

منی کا غیر ارادی طور پر اکثر خارج ہونا جس کی وجہ سے کمر میں درد اور کمزوری ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

سپستان (لسوڑھا) کی کونپلیں	۳ گرام
شکر	۶ گرام

ترکیب تیاری: کونپلوں کے چھوٹے ٹکڑے کر کے ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگوئیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

موصلی سفید	۶۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ستاور	۲۰ گرام
املی کے بیج کی گری	۲۰ گرام
گاجر کے بیج	۲۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کو باریک سفوف بنا کر شکر ملا لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

برگد (بڑ) کا دودھ

ترکیب تیاری واستعمال: ۳ تا ۵ قطرے برگد کا دودھ بتاشہ میں یا شکر میں ڈال کر روزانہ صبح لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	سفوف ثعلب	۳ گرام
۲-	سفوف مؤلف	۳ گرام
۳-	کشتہ قلعی ہمراہ معجون ثعلب	۲۵۰ ملی گرام
۴-	معجون اسپند سوختنی	۶ گرام

ہدایات: چائے، کافی، شراب وغیرہ سے پرہیز کریں۔ صبح سیر کریں۔ رات کا کھانا سونے سے دو تین گھنٹے پہلے کھا لیں۔

(3) کثرت احتلام (احتلام کی زیادتی)

سوتے میں منی کا غیر ارادی طور پر اکثر خارج ہونا۔ یہ عام طور پر نوجوانوں میں زیادہ ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

دودھی بوٹی (چھوٹی)	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام سفوف ایک پیالی دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

کاہو کے بیج	۳۰ گرام
دھنیا	۳۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی دو دواؤں کا باریک سفوف بنا کر شکر ملالیں۔

ترکیب استعمال: ۵ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

تالمکھانہ	۱۰ گرام
ببول کا گوند	۱۰ گرام
ثعلب مصری	۱۰ گرام
اسپغول کی بھوسی	۳۰ گرام
شکر	۶۰ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کا باریک سفوف بنالیں اور باقی دو دواؤں کو اس میں اچھی طرح ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

اسرول	۱۰ گرام
دھنیا	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام سوتے وقت لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	سفوف ثعلب	۳ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	سفوف مؤلف	۳ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	کشتۂ قلعی	۲۵۰ ملی گرام	معجون ثعلب ۶ گرام کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	معجون اسپند سوختنی	۶ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں

نوٹ: مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں۔ رات میں ہلکی غذا لیں۔ قبض نہ ہونے دیں۔ سونے سے پہلے پیشاب و پاخانہ سے فارغ ہو لیں۔

(4) ورم خصیہ (فوطوں کی سوجن)

فوطے سوج جاتے ہیں اور ان میں درد ہوتا ہے۔ درد نیچے سے اوپر کمر کی طرف جاتا ہے۔ تیز بخار اور قے بھی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

سونٹھ
گیرو
بنولہ کی گری
کالے تل

ہر ایک ۳ گرام

ترکیب تیاری: تھوڑے سے پانی میں پیس کر لیپ بنا لیں۔
ترکیب استعمال: یہ لیپ فوطوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ٹیسو کے پھول	۳ گرام
بابونہ کے پھول	۳ گرام
مسور	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۲/ ا لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔
ترکیب استعمال: یہ پانی ہلکا گرم فوطوں پر دھاریں اور نیچے بچی ہوئی دواؤں کو پیس کر

فوطوں پر لیپ کریں۔

نسخہ نمبر۳:

دھتورہ کے پتے	اعدد

ترکیب استعمال: دھتورے کے پتے پر تل کا تیل لگا کر گرم کریں اور فوطوں پر رکھ کر "T" قسم کی پٹی باندھیں۔

نسخہ نمبر۴:

نوشادر	۱گرام
شراب	۶۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: نوشادر کو پیس کر شراب میں گھول لیں۔

ترکیب استعمال: اس میں روئی کا پھایہ بھگو کر فوطوں پر بار بار لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	اطریفل شاہترہ	۹گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲۔	معجون عشبہ	۹گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳۔	حب سورنجان	۲ گولیاں	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴۔	برشعشا	۳گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: مکمل آرام کریں اور ہلکی غذا لیں۔

(5) حکۃ الصفن (فوطوں کی خارش)

فوطوں پر کھجلی اور خارش ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر۱:

افیون	۲۵۰ ملی گرام
روغن گل	۳۰ ملی لیٹر
موم	۶گرام

ترکیب تیاری: موم کو پگھلا کر گرم کیے ہوئے روغن گل میں ملائیں اور اسی میں افیون ملا لیں۔

ترکیب استعمال: خارش کی جگہ لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	شربت عناب	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	معجون چوب چینی	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	مرہم کمیلہ		خارش کی جگہ لگائیں
۴-	مرہم خارش		خارش کی جگہ لگائیں
۵-	روغن کمیلہ		خارش کی جگہ لگائیں

ہدایات: گرم اور مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں اور ہلکی غذا لیں۔ صفائی کا خیال رکھیں۔

14-امراض زنانہ (عورتوں کی بیماریاں)

(1) ورم رحم (رحم کی سوجن)

اس بیماری میں مریضہ کے پیٹ اور کمر میں درد ہوتا ہے۔ ماہواری کے دنوں میں اور جماع کے وقت زیادہ ہوجاتا ہے۔ اس کے علاوہ پنڈلیوں میں درد ہوتا ہے۔ سیلان الرحم کی شکایت ہوتی ہے۔ کبھی کبھی پیشاب پاخانہ کے وقت بھی درد ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

سونف	ہر ایک ۶ گرام
مکو خشک	
گوکھرو	
خربوزہ کے بیج	

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ریوند چینی	۱۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

مکو کے تازہ پتے	بقدر ضرورت
کاسنی کے تازہ پتے	بقدر ضرورت
نوشادر	۵۰۰ ملی گرام

ترکیب تیاری: ان پتوں کو کچل کر ۶۰ ملی لیٹر رس نکال لیں اور آگ پر رکھیں۔ جب پانی الگ ہوجائے تو اتار کر چھان لیں اور نوشادر چھڑکیں۔

ترکیب استعمال: روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گل بابونہ	۱۲ گرام
مکو خشک	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ایک لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: اس کا ڈوش کریں۔ اس کے بعد نیچے لکھی ہوئی دوائیں مقامی طور پر مہبل میں رکھیں۔

السی میتھی رسوت	ہموزن

۲ گرام سفوف کو چھوٹے سے کپڑے میں باندھ کر رات میں مہبل میں رکھیں اور صبح نکال لیں۔ اس طرح ۷ تا ۱۰ دن کریں۔

نسخہ نمبر ۵:

املتاس کے بیج کی گری گل خطمی رسوت	ہموزن

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: یہ لیپ ہلکا گرم کر کے پیڑو پر لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون دبید الورد	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	شربت بزوری	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	شربت دینار	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	مرہم داخلیون	۳ گرام	روغن گل ۶ گرام میں ملا کر روئی لتھیڑ کر فرزجہ بنا کر مہبل میں رکھیں اور صبح نکال لیں۔

ہدایات: آرام کریں اور بھاری وزن نہ اٹھائیں جماع سے پرہیز کریں۔

(2) احتباس طمث (ماہواری کا رک جانا)

جب طبعی حیض میں رکاوٹ پیدا ہو جائے تو سر میں درد، بوجھ، کمر اور پیڑو میں درد اور مزاج میں چڑچڑاپن ہو جاتا ہے۔ حیض طبعی طور پر حمل کے دوران، بچہ کو دودھ پلانے کے دنوں میں اور بڑھاپے میں رک جاتا ہے۔ اس صورت میں علاج کی ضرورت نہیں ہوتی۔

نسخہ نمبر ۱:

املتاس کا چھلکا	۱۲ گرام
مجیٹھ	۴ گرام
ابہل	۴ گرام
شکر	۴ گرام

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کو ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھا رہ جائے پھر چھان لیں اور شکر ملا کر میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

بنولہ کی گری	ہموزن
شکر	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

املتاس کا چھلکا	۱۲ گرام
بانس کے پتے	۱۲ گرام
گڑ	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھا رہ جائے۔ پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گوکھرو	ہر ایک ۴ گرام
خربوزہ کے بیج	
ککڑی کے بیج	
کھیرے کے بیج	
پرسیاوشاں	
ابہل	

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھارہ جائے۔ پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

سوئے کے بیج	ہر ایک ۳ گرام
مولی کے بیج	
گاجر کے بیج	
میتھی کے بیج	

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھارہ جائے پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

گوکل	ہموزن
سویا کے بیج	
نمک سیندھا	
مویز منقی	

ترکیب تیاری: پہلی تین داوؤں کو باریک سفوف بنا کر بقدر ضرورت مویز منقی میں بھر دیں۔

ترکیب استعمال: فرزجہ کی طرح مہبل میں سوتے وقت رکھیں اور صبح نکال دیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	معجون قرطم	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	جوارش قرطم	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	حب مدر	ایک گولی	ہلکے گرم پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

(3) عسر الطمث (ماہواری کا درد کے ساتھ آنا)

ماہواری کے پہلے پیڑو کمر کولہوں اور رانوں میں شدید درد ہوتا ہے۔ کبھی متلی اور قے بھی ہوتی ہے۔ ماہواری کا خون بہت کم مقدار میں آتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

ہینگ	۵۰۰ ملی گرا
گڑ	۶ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: ہینگ کو گڑ میں ملا لیں اور ماہواری کے دنوں میں ۵ سے ۷ دنوں تک روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مرمکی	۶ گرام
ایلوا	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ماہواری بند ہونے کے بعد ے ۱۰ دن تک روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سونٹھ	۶ گرام
باؤبڑنگ	۶ گرام
گڑ	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: ماہواری بند ہونے کے بعد ے ۱۰ دن تک روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر۴:

ریوند چینی	۱۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ماہواری بند ہونے کے بعد ایک سے دو ہفتہ تک ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	شربت بزوری صندل	۴۰ ملی لیٹر	۶۰ ملی لیٹر ہلکے گرم پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۲-	حب مدر	۱ گولی	دن میں دو بار لیں
۳-	جوارش قرطم	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	برشعشا	۳ گرام	درد کے وقت لیں

ہدایات: گرم پانی کی بوتل سے سنکائی کریں۔

(4) کثرت طمث (ماہواری کی زیادتی)

ماہواری کا زیادہ مقدار میں یا زیادہ دنوں تک آنا' کبھی کبھی ماہواری کا وقفہ بھی نارمل سے کم ہوجاتا ہے۔

نسخہ نمبر۱:

انار کی چھال	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھا رہ جائے۔

ترکیب استعمال: روزانہ صبح لیں۔

نسخہ نمبر۲:

گیرو	۳۰ گرام
سنگ جراحت	۳۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

خرفہ کے بیج	۳ گرام
کاہو کے بیج	۳ گرام
بارتنگ کے بیج	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گل ملتانی	۲۵ گرام

ترکیب تیاری: آدھ لیٹر پانی میں دو گھنٹے تک بھگو کر چھان لیں اور ایک بوتل میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۱۲۵ ملی لیٹر دن میں چار بار لیں۔

نوٹ: گل ملتانی میں تھوڑا سا پانی ملا کر لیپ بنائیں اور پیڑو پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۵:

ریش برگد (بڑ کی داڑھی)	۳ گرام
ریشہ خطمی	۳ گرام
بیخ انجبار	۳ گرام
حب الآس	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۲۵۰ ملی لیٹر میں جوش دیں یہاں تک کہ پانی آدھا رہ جائے۔ پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	سفوف مرواریدی	۱ گرام	دودھ کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	سفوف استحاضہ	۳ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	معجون موچرس	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	معجون سپاری پاک	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۵-	قرص کہربا	۱ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

۶-	قرص گلنار	اقرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۷-	شربت انجبار	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۸-	کشتہ صدف	۲۵۰ ملی گرام	معجون مقوی رحم ۷ گرام میں ملا کر سوتے وقت لیں
۹-	خمیرہ مروارید	۶ گرام	صبح لیں

ہدایات: مکمل آرام کریں۔ پلنگ کی پائنتی کو اینٹیں لگا کر اونچا کردیں اور سرہانے سے تکیہ نکال دیں۔ گرم مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں۔

(5) سیلان الرحم (سفید پانی آنا)

اس میں مہبل سے سفید یا پیلے رنگ کی رطوبت آتی ہے۔ کمر میں درد چکر اور عام کمزوری ہو جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ا:

موچرس	۲۵ گرام
ڈھاک کا گوند	۲۵ گرام
اندر جو شیریں	۱۲ گرام
اسگند	۱۲ گرام
مازو (جلا ہوا)	۳ گرام
شکر	۷۵ گرام

ترکیب تیاری: خشک کر کے باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

املی کے بیج کی گری (بھنی ہوئی)	۳۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام پانی کے ساتھ دن میں دو یا تین بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

سنگھاڑا خشک	۲۰ گرام
موصلی سیٹھل	۲۰ گرام
شکر	۴۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں اور شکر ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام دن میں دوبار پانی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

صدف سوختہ (سیپ جلی ہوئی)	۳۰ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنائیں۔

ترکیب استعمال: ایک گرام دودھ کے ساتھ دن میں دوبار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	قرص سیلان	ایک قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	سفوف سیلان	۳ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	معجون سپاری پاک	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	معجون موچرس	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۵-	معجون سہاگ سونٹھ	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۶-	معجون مقوی رحم	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۷-	کشتہ قلعی	۲۵۰ ملی گرام	اوپر لکھی معجونوں میں سے کسی ایک میں ملا کر سوتے وقت لیں
۸-	کشتہ بیضہ مرغ	۲۵۰ ملی گرام	اوپر لکھی معجونوں میں سے کسی ایک کو ملا کر سوتے وقت لیں
۹-	کشتہ مثلث	۲۵۰ ملی گرام	اوپر لکھی معجونوں میں سے کسی ایک کو ملا کر سوتے وقت لیں

ہدایات: کھٹی اور مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں۔ مقوی غذائیں کھائیں۔

(6) حکۃ المہبل (اندام نہانی کی خارش)

مہبل میں کھجلی اور جلن ہوتی ہے اور پیشاب کرتے وقت جلن محسوس ہوتی ہے اور بے چینی رہتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

منڈی	۴ گرام
عناب	۵ عدد
شاہترہ	۴ گرام
صندل سفید کا برادہ	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر صبح مل کر چھان کر شکر سے میٹھا کریں۔

ترکیب استعمال: صبح پئیں۔

نسخہ نمبر ۲:

نیم کے تازہ پتے	۱۲۵ گرام
سہاگہ (بھنا ہوا)	۳ گرام

ترکیب تیاری: نیم کے پتوں کو ایک لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان کر سہاگہ ملا لیں۔

ترکیب استعمال: اس پانی سے خارش کی جگہ کو صبح و شام دھوئیں۔

نسخہ نمبر ۳:

کافور	۳ گرام
عرق گلاب	۲۴ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: کافور کو عرق گلاب میں پیس لیں۔

ترکیب استعمال: ایک صاف کپڑے کا ٹکڑا اس میں بھگو کر خارش کی جگہ پر رکھیں۔ جتنی بار ضرورت ہو یہ عمل دہرائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱۔	معجون عشبہ	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲۔	اطریفل شاہترہ	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

۳-	قرص مصفی	ایک قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	شربت عناب	۳۰ ملی لیٹر	پانی میں ملا کر سوتے وقت لیں
۵-	مرہم کافور		خارش کی جگہ لگائیں
۶-	مرہم کمیلہ		خارش کی جگہ لگائیں
۷-	روغن کمیلہ		خارش کی جگہ لگائیں

ہدایات: کھٹی اور مصالحہ دار غذاؤں سے پرہیز کریں صفائی کا خیال رکھیں۔

(7) اختناق الرحم (ہسٹیریا)

ہسٹیریا کے دورے عام طور پر ان نوجوان لڑکیوں اور غیر شادی شدہ عورتوں کو ہوتے ہیں۔ جو زیادہ حساس ہوتی ہیں۔ دورہ کے دوران مریضہ بے حس و حرکت پڑی رہتی ہے۔ یا غیر اختیاری حرکات واقع ہوتے ہیں۔ دورہ چند منٹ سے لے کر ایک گھنٹہ یا اس سے بھی زیادہ وقت تک رہتا ہے۔ کبھی مریضہ روتی ہے کبھی ہنستی ہے۔ بات نہیں کر سکتی لیکن سنتی ہے۔ بتیسی جکڑ جاتی ہے لیکن زبان نہیں کٹتی منہ سے جھاگ نہیں نکلتے۔

نسخہ نمبر ۱:

جدوار	۵۰۰ ملی گرام
عود صلیب	۱ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

وجضیا	۱۲ گرام
اسرول	۴ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۲ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

نوشادر	۲ گرام

چونا ۲ گرام

ترکیب تیاری: اچھی طرح ملا کر محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: دورہ کے وقت مریضہ کو سنگھائیں۔

نوٹ: ہینگ پیاز کافور یا جند بید ستر کا سنگھانا بھی مفید ہے۔ منہ پر پانی چھڑکنا بھی بے ہوشی کو دور کرتا ہے۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	قرص حلتیت	۲ قرص	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	خمیرہ گاؤزبان عنبری جدوار عود صلیب والا	۶ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون نجاح	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	تریاق اربعہ	۴ گرام	سوتے وقت لیں

(8) خروج الرحم (رحم کا باہر نکل آنا)

رحم مہبل میں نیچے اتر آتا ہے اور مہبل کے سوراخ سے باہر نظر آتا ہے۔ پیڑو زیر ناف کنج ران اور پنڈلیوں میں درد ہوتا ہے۔ بعض مرتبہ پیشاب پاخانہ بند ہو جاتا ہے۔ مریضہ مہبل میں کسی نرم اور گول چیز کا اتر آنا محسوس کرتی ہے۔ ابتدائی درجہ میں یہ نسخے مفید ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

ہلدی کا سفوف

روغن گل بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: ہلدی کو پیس کر روغن گل میں ملا کر اس میں تھوڑی سی روئی کی لتھیڑ لیں۔

ترکیب استعمال: مہبل میں سوتے وقت رکھیں اور صبح نکال دیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مازو

پھٹکری

کتھہ

ہموزن

گل نوفل

ترکیب تیاری: باریک سفوف کر کے تھوڑی سی شراب میں ملا لیں۔

ترکیب استعمال: اس میں تھوڑی سی روئی لتھیڑ کر سوتے وقت مہبل میں رکھیں اور صبح نکال لیں۔

۱-	معجون موچرس	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۲-	معجون سپاری پاک	۷ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون مقوی رحم	۷ گرام	سوتے وقت لیں

<u>ہدایات:</u> آرام کریں جسمانی تکان سے بچیں اور وزنی چیزیں اٹھانے سے پرہیز کریں۔ قبض کو دور کریں۔

(9) مانعات حمل (حمل سے محفوظ رکھنے والی دوائیں)

۱- خشفہ (سپاری) پر تل کا تیل جماع سے پہلے لگائیں۔

۲- عورت ایک گرام نمک مہبل میں جماع سے پہلے رکھے۔

۳- ۶ گرام تلسی کے تازہ پتے ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور حیض سے فارغ ہونے کے بعد روزانہ صبح لیں۔ اس نسخہ کو تین مہینے تک حیض سے فارغ ہونے کے بعد لیں۔

۴- گھونگچی سفید ایک عدد صبح ناشتہ کے بعد تین دن تک حیض سے فارغ ہونے کے بعد لیں۔ اس طرح تین مہینے تک حیض سے فارغ ہونے کے بعد اس کو لیں۔

۵- ارنڈ کے بیج کی گری ایک عدد پانی کے ساتھ صبح تین دن تک حیض سے فارغ ہونے کے بعد لیں۔ اس طرح تین مہینے تک حیض سے فارغ ہونے کے بعد اس کو لیں۔

۶- تھوڑی سی روئی سرکے میں بھگو کر جماع سے پہلے مہبل میں رکھیں۔

15- حمیات (بخار)

(1) حمیٰ عام (عام بخار)

اس میں بخار، سر میں درد، سارے بدن میں درد، کھانسی اور نزلہ ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

افسنتین ۵ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

خاکسی ۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۳:

نیم کی کونپل ۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کریں

ترکیب استعمال: دن میں دو بار دلیں۔

نسخہ نمبر ۴:

گلو ۱۲ گرام

شکر ۶ گرام

ترکیب تیاری: گلو کو آہستہ سے کچل لیں۔ ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ آدھا رہ جائے۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

تلسی کے تازہ پتے	۲۵ گرام
کالی مرچ	۱ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: یہ ملیریا کے بخار میں خاص طور پر فائدہ کرتی ہے۔

نسخہ نمبر ۶:

کانجوہ کی گری	۶ گرام
کاپھل	۳ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۵۰۰ ملی گرام پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	حب تپ بلغمی	۱ گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۲-	حب شفاء	۱ گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۳-	حب مبارک	۱ گولی	دن میں تین بار لیں
۴-	سفوف ست گلو	۱ گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں۔

ہدایات: ہلکی غذا لیں آرام کریں۔

(6) جدری (چیچک)

یہ ایک چھوت کا پھیلنے والا مرض ہے۔ ابتداء میں سر میں اور کمر میں درد جاڑا اور شدید بخار ہوتا ہے۔ جلد پر تیسرے دن دانے نکل آتے ہیں جو آٹھویں دن آبلوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں جن میں سیپ بھی جمع ہو جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

عناب	۵ عدد
خاکسی	۳ گرام

موریز منقی ۵ عدد

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش سے کر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نوٹ: (۱) ۱۲ گرام خاکسی ایک کپڑے میں باندھ کر ایک لیٹر پانی میں ڈبوئیں اور مریض کو یہی پانی پینے کے لئے دیں۔

(۲) مریض کے بستر پر نیم کی پتیاں پھیلا دیں۔

نسخہ نمبر ۲:

موتی

ترکیب استعمال ۲ تا ۳ موتی مریض کو دو تین دن استعمال کرائیں۔

نوٹ: یہ دوا احتیاطی طور پر مرض کے بچنے کے لئے بھی استعمال کی جا سکتی ہے۔

نسخہ نمبر ۳:

برگ گل (گلاب کی پتیاں)

ترکیب تیاری: خشک کر کے سفوف بنا لیں

ترکیب استعمال: پیپ دار آبلوں پر اس سفوف کو چھڑکیں۔

نسخہ نمبر ۴:

افسنتین ۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

گائے کا گھی یا تل کا تیل بقدر ضرورت

ترکیب استعمال: کھرنڈ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۶:

سمندر جھاگ

ترکیب استعمال: اس کو ناریل کے پانی میں گھس کر داغوں پر لیپ کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	خمیرہ مروارید	۳ گرام	دن میں دو بار لیں
۲-	خمیرہ گاؤزبان سادہ	۴ گرام	دن میں دو بار لیں
۳-	شربت خاکسی	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں
۴-	شربت عناب	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں

(3) خسرہ

چھوت کا پھیلنے والا مرض ہے۔ مریض کو پہلے نزلہ، چھینکیں، ناک و آنکھوں سے پانی بہتا اور بخار ہوتا ہے۔ ۴ یا ۵ دن کے بعد لال رنگ کے دانے پہلے چہرہ پر اس کے بعد جسم کے دوسرے حصوں پر نکلتے ہیں۔ چہرہ سرخ ہو جاتا ہے۔ چیچک کے لئے دیئے گئے نسخے اور تیار شدہ دوائیں خسرہ میں بھی استعمال کی جاتی ہیں۔

<u>ہدایات:</u> چیچک و خسرہ کا مریض بالکل علیحدہ رکھا جائے۔ بغیر ٹیکہ لئے ہوئے کوئی آدمی ان کی دیکھ بھال نہ کرے۔ آنکھوں پر ٹھنڈے پانی کی پٹیاں رکھیں اور اگر سوج جائیں تو سہاگہ کے پانی سے دھوئیں۔ منہ صاف رکھیں گرم اور مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔ سیال غذا لیں۔

16-امراض جلد (جلد کی بیماریاں)

(1) قروح وبثور (پھوڑے پھنسیاں)

نسخہ نمبر ۱:

ان بجھا چونا	۳ گرام
چربی	۱۲ گرام

ترکیب تیاری واستعمال: اچھی طرح ملا کر پھوڑوں پر لگائیں۔ پھوڑا بغیر نشتر لگائے پھٹ جائے گا۔

نسخہ نمبر ۲:

السی	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: پانی میں پیس کر لیپ کریں اور پھوڑوں پر لگائیں۔ پھوڑا بغیر نشتر لگائے پھٹ جائے گا۔

نسخہ نمبر ۳:

آنبہ ہلدی	ہموزن
صابن	
ارنڈ کی بیج کی گری	
گوگل	

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ تیار کریں۔

ترکیب استعمال: پھوڑے کے ابتدائی درجہ میں لگائیں۔

نسخہ نمبر ۴:

نیم کے پتے	۲۵ گرام
تل کا تیل	۵۰ ملی لیٹر
موم	۶ گرام

ترکیب تیاری: نیم کے پتوں کو پانی میں پیس کر ایک ٹکیہ بنالیں اور تیل میں اتنا پکائیں کہ بالکل جل جائے۔ پھر موم ملالیں۔ جب موم پگھل جائے تو آگ سے اتار کر مرہم بنالیں۔

ترکیب استعمال: یہ مرہم پھٹے ہوئے پھوڑوں پر لگائیں۔

نوٹ: یہ مرہم ہر قسم کے زخموں کے لئے بھی مفید ہے۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	اطریفل شاہترہ	۷گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۲-	معجون چوب چینی	۷گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۳-	شربت عناب	۳۰ ملی لیٹر	پانی کے ساتھ شام کے وقت لیں
۴-	ضماد محلل		پھوڑوں پر لگائیں
۵-	مرہم سفیدہ کاشغری		پھوڑوں پر لگائیں
۶-	مرہم کافور		پھوڑوں پر لگائیں

(2) جرب وحکہ (خشک وتر خارش)

یہ ایک سے دوسرے کو لگنے والی بیماری ہے۔ یہ عام طور پر انگلیوں کے درمیان، کلائی کے اطراف اور کبھی چھاتیوں، رانوں اور پیشاب والی جگہ سے شروع ہوتی ہے۔ یہ رات میں زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ کبھی یہ خشک اور کبھی تر ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

شاہترہ	۴ گرام
چرائتہ	۴ گرام
سرپھوکہ	۴ گرام
گل منڈی	۴ گرام
عناب	۵ عدد
شکر	۶ گرام

ترکیب تیاری: پہلی ۵ دواؤں کو ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کرلیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

مہندی کے پتے	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: خشک کر کے سفوف کر لیں اور گھی میں ملا کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: خارش کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

لیموں کا رس	۱۲ ملی لیٹر
عرق گلاب	۲۵ ملی لیٹر
چنبیلی کا تیل	۳۶ ملی لیٹر

ترکیب تیاری واستعمال: تمام دواؤں کو ملا کر ایک بوتل میں رکھ لیں اور خارش کی جگہ پر لگائیں۔

نوٹ: یہ خشک خارش (کھجلی) میں مفید ہے۔

نسخہ نمبر ۴:

کنگی	۳ گرام
گندھک	۳ گرام
باپچی	۳ گرام
تل کا تیل	۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: پہلی تین دواؤں کا باریک سفوف بنالیں پھر تیل میں ملا کر ایک بوتل میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: خارش کی جگہ پر لگائیں۔

ہدایات: مصالحہ دار غذاؤں اور میٹھی چیزوں سے پرہیز کریں۔

(3) قوبا (داد)

نسخہ نمبر ۱:

تلسی کے پتے	۱۲ گرام

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: خارش کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۲:

مہندی کے تازہ پتے

گندھک ہموزن

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: خارش کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۳:

مدار (آک) کا دودھ ۵ ملی لیٹر

ناریل کا تیل ۱۰ گرام

یا

مکھن ۱۰ گرام

ترکیب تیاری: اچھی طرح ملا کر ایک بوتل میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: داد کو صاف کھردرے کپڑے سے رگڑ کر یہ دوا لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- معجون مصفی ۷ گرام پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

۲- مرہم قوبا داد پر لگائیں

(4) شورلبینہ (مہاسے)

نسخہ نمبر۱:

شاہترہ ۴ گرام

چرائتہ ۴ گرام

سرپھوکہ ۴ گرام

گل منڈی ۴ گرام

عناب ۵ عدد

شکر ۶ گرام

ترکیب تیاری: پہلی ۵ دواؤں کو ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر چھان کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سمندر جھاگ بقدر ضرورت

ترکیب تیاری و استعمال: پانی کے ساتھ پتھر پر گھس کر مہاسوں پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

سنترہ کا چھلکا (سوکھا ہوا)
انڈے کا چھلکا
کتیرا
جو
چنا
مسور
گیہوں کا نشاستہ
بادام کی گری
خربوزہ کے بیج کی گری
ہر ایک ۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: سفوف بقدر ضرورت لے کر پانی میں لیپ بنالیں اور چہرہ پر سوتے وقت لگائیں۔ صبح ہلکے گرم پانی سے دھوئیں اور چنبیلی یا صندل کا تیل لگائیں۔

نوٹ: یہ نسخہ چہرہ سے جھائیاں دور کرنے اور خوبصورتی بڑھانے کے لئے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	اطریفل شاہترہ	۷گرام	سوتے وقت لیں
۲-	معجون مصفی	۷گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: چہرہ پر بھاپ لینا بھی مہاسوں کو فائدہ کرتا ہے۔ میٹھی اور گرم مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔

17-امراضِ متفرقہ (مختلف بیماریاں)

(1) وجع المفاصل (جوڑوں کا درد)

جسم کے کسی ایک یا زیادہ جوڑوں میں درد اور سختی ہوتی ہے۔ درد کے ساتھ سوجن بھی ہو جاتی ہے۔ کبھی بخار بھی ہوتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

اجوائن خراسانی	۲۵ گرام
گل مدار (آک کے پھول)	۲۵ گرام
سونٹھ	۲۵ گرام
سورنجان تلخ	۲۵ گرام
تل کا تیل	۳۰۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: پہلی چار دواؤں کا سفوف بنا کر تیل میں اتنا جوش دیں کہ سفوف جل جائے۔ پھر چھان کر ایک بوتل میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ہلکے گرم تیل سے جوڑوں پر آہستہ آہستہ مالش کریں۔

نسخہ نمبر ۲:

ارنڈ کی جڑ	۵۰ گرام
تل کا تیل	۲۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: ارنڈ کی جڑ کو ۲ لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ آدھا رہ جائے۔ پھر چھان کر تیل میں ملا لیں اور اتنا جوش دیں کہ سارا پانی اڑ جائے صرف تیل باقی رہ جائے۔

ترکیب استعمال: ہلکے گرم تیل سے جوڑوں پر آہستہ آہستہ مالش کریں۔

نسخہ نمبر ۳:

دھتورہ کا پھل	۴ عدد
سرسوں کا تیل	۲۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: دھتورہ کے پھل کو تیل میں اتنا گرم کریں کہ وہ جل جائے۔ چھان کر بوتل

میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ہلکے گرم تیل سے جوڑوں پر آہستہ آہستہ مالش کریں۔

نسخہ نمبر ۴:

اسگند	ہر ایک ۳۰ گرام
سورنجان	
اسپند	
خولنجاں	

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

سونٹھ	۳۰ گرام
زیرہ سیاہ	۳۰ گرام
کالی مرچ	۱۵ گرام
پودینہ	۳۰ گرام

ترکیب تیاری: سب دواؤں کو باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گرام پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

اجوائن خراسانی	۲۰ گرام
کالی مرچ	۲۰ گرام
ایلوا	۲۰ گرام
سہاگہ (بھنا ہوا)	۲۰ گرام
مغز گھیکوار	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پہلی چار دواؤں کا باریک سفوف بنا کر مغز گھیکوار میں ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۴ گولیاں پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

تیارشدہ دوائیں:

۱-	حب سورنجان	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۲-	حب مقل	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۳-	قرص مفاصل	ایک قرص	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۴-	معجون سورنجان	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۵-	معجون جوگراج گوگل	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

ہدایات: کھٹی اور مصالحہ دار چیزوں سے پرہیز کریں۔ صبح کو سیر کریں سردی سے بچیں۔

(2) عرق النساء (لنگڑی کا درد)

یہ درد دوروں کی شکل میں ہوتا ہے۔ کولہے سے شروع ہو کر نیچے پیر تک آتا ہے۔ کبھی کبھی یہ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض نہ چل پھر سکتا ہے اور نہ سیدھا کھڑا ہو سکتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

ایلوا	۲۰ گرام
پوست ہلیلہ زرد (پیلی ہڑ کا چھلکا)	۲۰ گرام
سورنجان شیریں	۲۰ گرام

ترکیب تیاری: سب دواؤں کا باریک سفوف بنالیں اور تھوڑے پانی میں ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال: ۵ گولیاں پانی کے ساتھ دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

چوب چینی ۶ گرام

ترکیب تیاری: چوب چینی کو کچل کر ۲۵۰ ملی لیٹر پانی میں ۱۲ گھنٹے تک بھگو کر اتنا جوش دیں کہ پانی آدھا رہ جائے پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نوٹ: جوڑوں کے درد کے لئے بنائے گئے تیلوں میں سے کسی تیل سے مالش کریں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	حب اذاراقی	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۲-	حب سورنجان	ایک گولی	پانی کے ساتھ دن میں تین بار لیں
۳-	معجون سورنجان	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۴-	معجون چوب چینی	۷ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۵-	معجون اسپند سوختنی	۵ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۶-	تریاق اربعہ	۳ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں
۷-	برشعثا	۳ گرام	پانی کے ساتھ سوتے وقت لیں

ہدایات: سردی سے بچیں۔

(3) شری (پتی اُچھلنا)

نسخہ نمبر ۱:

ایلوا
مرمکی
بورہ ارمنی
ہموزن

ترکیب تیاری: سفوف کر کے برابر وزن میں سرکہ اور شہد ملالیں۔

ترکیب استعمال: پتی کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

سرکہ
عرق گلاب
ہموزن

ترکیب استعمال: دونوں کو ملا کر پتی کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

صندل سرخ کا برادہ	۳ گرام
عناب	۵ عدد
سونف	۶ گرام

منڈی	۶ گرام
مویز منقیٰ	۷ عدد

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دے کر شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار لیں۔

نسخہ نمبر ۴:

ترپھلہ	۶ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف کر کے ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان لیں۔

ترکیب استعمال: (۱) اسی طرح یا تھوڑا شہد ملا کر لیں۔

(۲) سفوف کو ہلکے گرم پانی سے سوتے وقت لیں۔

نسخہ نمبر ۵:

کالی زیری	۳ گرام
ابہل	۳ گرام

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی آدھا رہ جائے پھر چھان لیں۔

ترکیب استعمال: صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

گائے کا دودھ	۱/۲ لیٹر

ترکیب تیاری: دودھ کو جوش دے کر چند قطرے لیموں کا رس ملا لیں تاکہ وہ پھٹ جائے۔ پھر چھان کر پانی الگ کر لیں۔

ترکیب استعمال: صبح یہ پانی پئیں۔

نسخہ نمبر ۷:

شہتوت (کچے)	بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: سرکہ میں پیس لیں۔

ترکیب استعمال: پٹی کی جگہ پر لگائیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش مسابہ	۷گرام	سوتے وقت لیں
۲-	جوارش جالینوس	۶گرام	دن میں دوبار بعد غذا لیں
۳-	جوارش تمر ہندی	۷گرام	سوتے وقت لیں

(4) داخس (انگل بیڑا)

انگلی میں ناخن کی جڑ میں سرخی، سوجن، ٹیس اور درد ہوتا ہے اور ایک چھوٹا سا پھوڑا بن جاتا ہے۔ بخار اور بے چینی ہوتی ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

اسپغول یا ہالون	۱۰گرام
سرکہ	۵۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری واستعمال: اسپغول کو سرکہ میں آدھا گھنٹہ تک بھگوئیں۔ اس کو انگلی پر لگا کر پٹی باندھ دیں۔ دن میں تین چار بار ٹھنڈے پانی میں انگلی ڈبوئیں۔ دو تین دن کے بعد سوجن ایک جگہ ہو کر پھوڑا پھوٹ جائے گا۔ جب پھوٹ جائے تو نیم کے پتوں کو پچل کر ٹکیہ بنا کر پکا کر زخم پر باندھ دیں۔ یہ ٹکیہ اس وقت تک باندھے رہیں جب تک کہ ساری پیپ نکل کر زخم بھر نہ جائے۔

(5) ضربہ شمس (لو لگنا)

اس میں شدید درد سر یا تیز بخار، پیاس کی زیادتی اور بے چینی ہوتی ہے اور مریض نڈھال ہو کر مر بھی جاتا ہے۔

نسخہ نمبر ۱:

آم (کچا)	۱عدد

ترکیب تیاری: گرم راکھ میں دبائیں۔ پھر چھلکا چھیل کر رس نچوڑ لیں۔ ۱۸۰ ملی لیٹر پانی ملا کر شکر سے میٹھا اور برف سے ٹھنڈا کر لیں۔

ترکیب استعمال: صبح و شام لیں۔

نسخہ نمبر۲:

املی کا گودا	۱۲ گرام
آلو بخارا	۳ عدد

ترکیب تیاری: ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں ایک گھنٹہ تک بھگوئیں۔ پھر نچوڑ کر چھان لیں اور برف سے ٹھنڈا کر لیں۔

ترکیب استعمال: پی لیں۔

نسخہ نمبر۳:

چنے کا ساگ (سوکھا)	۶ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں پیس کر چھان لیں اور شکر سے میٹھا کر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو تین بار لیں۔

ہدایات: (۱) دھوپ میں نکلنے سے پہلے پانی کی کافی مقدار پی لیں۔

(۲) لو سے بچنے کے لئے دھوپ میں جانے سے پہلے پیاز کو چھل کر بغل یا جانگوں میں لگائیں۔

(۳) اگر بخار تیز ہو جائے تو ایک کپڑا عرق گلاب اور سرکہ میں تر کر کے بار بار پیشانی پر رکھیں اور سر پر برف کی تھیلی رکھیں۔

(۴) سفید پیاز کا قریب رکھنا بھی لو سے بچنے کے لئے مفید ہے۔

(6) حرق وسلق (جل جانا)

نسخہ نمبر۱:

رال سفید	۶۰ گرام
تل کا تیل	۵۰۰ ملی لیٹر
کتھ	۱۲ گرام
کافور	۶ گرام

ترکیب تیاری: رال کا باریک سفوف بنائیں اور تیل میں ملا کر تھوڑا تھوڑا سا پانی ملاتے جائیں اور اتنا رگڑیں کہ سفید ہو جائے۔ پھر کتھ اور کافور کا سفوف اچھی طرح ملا کر شیشی میں رکھ

لیں۔

ترکیب استعمال: جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۲:

انڈے کی سفیدی

ترکیب استعمال: جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۳:

شکر — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: شکر کو پانی میں جوش دے کر شیرہ بنالیں۔

ترکیب استعمال: ٹھنڈا ہونے پر جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۴:

املی کی چھال

ترکیب تیاری: جلا کر باریک سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: جلے ہوئے حصہ پر سفوف کو چھڑک دیں اور اس پر تل کا تیل ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر۵:

انار کے پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۶:

آلو — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری واستعمال: پیس کر جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۷:

چونے کا پانی
ناریل کا تیل — ہموزن

ترکیب تیاری: دونوں کو ملا کر اتنا پھینٹیں کہ سفید ہوجائے۔

ترکیب استعمال: جلے ہوئے حصہ پر لگائیں۔

(7) ضربہ وسقطہ (چوٹ لگنا)

نسخہ نمبر ۱:

آنبہ ہلدی
مرکی
میدہ لکڑی
ہموزن

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: ہلکا گرم کر کے چوٹ کی جگہ پر لگائیں۔
نوٹ: یہ نسخہ موچ میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

نسخہ نمبر ۲:

سوہنجنے کے پتے
تل کا تیل — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پتوں کو پیس کر تیل میں ملا کر لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: ہلکا گرم کر کے چوٹ کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

ارنڈ کے پتے — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پانی میں جوش دے کر چھان لیں۔
ترکیب استعمال: اس ہلکے گرم پانی کو چوٹ کی جگہ پر دھاریں۔

نسخہ نمبر ۴:

ہلدی — ۳ گرام
گائے کا دودھ — ۲۰۰ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: ہلدی کا باریک سفوف بنا کر دودھ میں ملالیں۔
ترکیب استعمال: ہلکا گرم پئیں۔
نوٹ: اگر بند چوٹ ہو تو ۵۰۰ ملی گرام پھٹکری کا سفوف دودھ میں ملا کر پئیں۔

(8) جراحت (زخم)

۱- برگد (بڑ) کے پتے کو زخم پر باندھیں۔
۲- مازو کو جلا کر سفوف کر کے زخم پر چھڑکیں۔
۳- بڑ کے پتوں کو پانی میں پیس کر زخم پر لگائیں۔
۴- زخم حیات کے پتے کچل کر زخم پر باندھیں۔
۵- پرانے جوٹ کے ریشوں کو پیس کر زخم پر چھڑکیں۔
۶- کنگرونده کے پتے کچل کر زخم پر باندھیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱- مرہم کافور	زخم پر لگائیں
۲- مرہم سفیدہ کاشغری	زخم پر لگائیں
۳- مرہم رال	زخم پر لگائیں

(9) عقرب گزیدگی (بچھو کا کاٹا)

نسخہ نمبر ۱:

ہینگ
لہسن
گندھک
ہموزن

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: بچھو کے کاٹنے کی جگہ پر اور اس کے اطراف پر لگائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

ریٹھے کا چھلکا — بقدر ضرورت

ترکیب تیاری: پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔
ترکیب استعمال: کاٹنے کی جگہ پر اور اس کے چاروں طرف لگائیں۔

نسخہ نمبر۳:

شیرمدار (آک) کا دودھ

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر اور اس کے اطراف پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۴:

پھٹکری	بقدرضرورت

ترکیب تیاری: تھوڑی سی پھٹکری پانی میں گھول لیں۔

ترکیب استعمال: جس طرف بچھو نے کاٹا ہو اس طرف کی آنکھ میں یہ پانی چند قطرے ٹپکائیں اور ایک کپڑا اس پانی میں بھگو کر بچھو کے کاٹے کی جگہ پر بھی رکھیں۔

نسخہ نمبر۵:

نوشادر	ہموزن
پیاز کا رس	

ترکیب تیاری: نوشادر کو پیاز کے رس میں اتنا پیسیں کہ سارا رس جذب ہو جائے۔ پھر اس کو ایک شیشی میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۶:

کلونجی (سفوف)	۴ گرام

ترکیب استعمال: یہ سفوف ۳۰ ملی لیٹر شراب یا پانی کے ساتھ دن میں ایک یا دو بار لیں۔

(10) ہوام گزیدگی (کیڑوں کا کاٹنا)

نسخہ نمبر۱:

مٹی کا تیل

ترکیب استعمال: کیڑے کے کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۲:

نارجیل دریائی	بقدرضرورت

ترکیب استعمال: تھوڑے سے پانی میں گھس کر کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۳:

گل ارمنی	۲ گرام
کافور	۲ گرام

ترکیب تیاری: سرکہ میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۴:

رسوت	۶ گرام
روغن گل	۱۲ ملی لیٹر

ترکیب تیاری: دونوں کو ملا کر رکھیں۔

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۵:

برادہ صندل سفید	۶ گرام
برادہ صندل سرخ	۶ گرام
مردار سنگ	۶ گرام

ترکیب تیاری: تھوڑے سے پانی میں پیس کر لیپ بنالیں۔

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

نسخہ نمبر۶:

کلونجی	۴ گرام

ترکیب استعمال: سفوف ۳۰ ملی لیٹر شراب یا پانی کے ساتھ دن میں ایک یا دو بار لیں۔

(11) مارگزیدگی (سانپ کا کاٹنا)

سانپ کے کاٹنے کے تھوڑی دیر بعد زہر سارے جسم پر پھیلنا شروع ہو جاتا ہے۔ کاٹنے کی جگہ پر شدید درد ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ سر میں درد، چکر اور آنکھوں میں دھندلا پن ہوتا ہے۔ ہوش گم ہو جاتا ہے۔ سر ایک طرف جھک جاتا ہے۔ پیر اور ہاتھ اکڑنے لگتے ہیں۔ نبض بہت کمزور

ہو جاتی ہے اور مریض مکمل طور پر بے ہوش ہو جاتا ہے۔

ہدایات: جس جگہ سانپ نے ڈسا ہو اس سے اوپر ۸ سینٹی میٹر دور کس کر بند باندھ دیا جائے اور ایک دوسرا بندھ اس بندھ سے ۸ سینٹی میٹر دور لگایا جائے۔ باندھنے کے بعد ڈسی ہوئی جگہ پر ایک صاف اور تیز چاقو یا استرے سے ایک گہرا نشان (×) کی شکل میں لگائیں۔ اس کے بعد گرم پانی ڈال کر زخم کو دھوئیں۔ اس کے بعد زخم کی جگہ سے خون کو چوسا جائے یا باہر کی جانب کھینچا جائے۔ اس طرح زہر نکل جائے گا۔ نیچے لکھے ہوئے نسخے سانپ کے ڈسے کے لئے فائدہ کرتے ہیں۔

نسخہ نمبر ۱:

ایک یا دو لہسن۔

ایک یا دو لہسن کے جوے یا پنگ ۱۲۵ ملی گرام شراب کے ساتھ کھلائیں۔

نسخہ نمبر ۲:

گندنا یا پیاز کافی مقدار میں شراب یا خالص گھی کے ساتھ کھلائیں۔

نسخہ نمبر ۳:

مریض نیم کے پتے چبائے یہاں تک کہ پتوں کی کڑواہٹ محسوس ہونے لگے۔

نسخہ نمبر ۴:

جمالگوٹہ پانی میں گھس کر آنکھوں میں لگائیں۔ آنکھوں سے پانی بہے گا۔

نوٹ: اس دوا کے استعمال سے آنکھیں سرخ اور ان میں درد ہو جاتا ہے۔ اس کو دور کرنے کے لئے عرق گلاب کو بار بار آنکھوں میں ڈالیں۔

نسخہ نمبر ۵:

تمباکو (کھانے کا تمباکو) ۲ گرام

ترکیب تیاری: ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں جوش دیں یا پیس لیں۔

ترکیب استعمال: صبح و شام لیں۔

نسخہ نمبر ۶:

مدار (آک) کا دودھ

ترکیب استعمال: کاٹے کی جگہ پر ٹپکائیں۔

نسخہ نمبر ۷:

مدار (آک) کی کونپلیں	۳ عدد

ترکیب استعمال: گڑ یا خالص گھی کے ساتھ لیں۔

نسخہ نمبر ۸:

لیموں کے بیج	ایک گرام

ترکیب استعمال: (۱) تھوڑے پانی میں پیس کر لیں۔

(۲) پانی میں پیس کر لیپ بنائیں اور کاٹے کی جگہ پر لگائیں۔

(12) انتشار شعر (بالوں کا گرنا)

نسخہ نمبر ۱:

ریش برگد (بڑ کی داڑھی)	۲۵۰ گرام
ناریل کا تیل	ایک لیٹر

ترکیب تیاری: ریش برگد کو دو تین دن تک سایہ میں خشک کریں اور پھر کچل کر ناریل کے تیل میں ۱۵ دن تک ڈالے رکھیں۔ اس کے بعد چھان کر بوتل میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: سوتے وقت سر پر ملیں۔

نسخہ نمبر ۲:

آڑو	ایک کلو گرام
آملہ	آدھا کلو گرام
شکاکائی	۲۵۰ گرام
میتھی کے بیج	۱۲۵ گرام

ترکیب تیاری: باریک سفوف بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: ۲۵ گرام سفوف ۱۸۰ ملی لیٹر پانی میں ۱۵ منٹ تک بھگوئیں اور پھر شیمپو کی طرح لگائیں اور سر کو دھولیں۔

(13) سمن مفرط (موٹاپا)

نسخہ نمبر ۱:

لک مغسول (لاکھ صاف کیا ہوا) ایک گرام

ترکیب استعمال: پانی کے ساتھ صبح لیں۔

نسخہ نمبر ۲:

لیموں کا رس

ترکیب استعمال: ۵ ملی لیٹر لیموں کا رس ۱۲۰ ملی لیٹر پانی میں ملا کر صبح خالی پیٹ لیں۔

تیار شدہ دوائیں:

۱-	جوارش کمونی کبیر	۶ گرام	دن میں دو بار بعد غذا لیں
۲-	معجون مسہل	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۳-	معجون مقل	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں
۴-	جوارش قرطم	۱۰ گرام	سوتے وقت لیں

ہدایات: مٹھائیوں اور چکنی چیزوں سے پرہیز کریں۔ ہلکی ورزش کریں۔ سیر کو جائیں۔

18- حفظانِ صحت کی ہدایات

مکمل صحت چند بنیادی اصولوں کے اپنانے پر منحصر ہے۔ اچھی اور مفید عادتیں اختیار کی جائیں اور بُری عادتوں سے پرہیز کیا جائے۔ سب سے اہم صفائی ہے۔ جسم کی صفائی کپڑوں کی صفائی اور گھر کی صفائی یہ چیز تندرستی کے لئے ضروری ہے۔

جسمانی صفائی:

غسل جسم کی صفائی کا بہترین طریقہ ہے۔ یہ ہر عمر میں اور ہر موسم میں مفید ہے۔ گرما میں روزانہ غسل ضروری ہے اور سرما میں کم سے کم ہفتہ میں دو بار ضرور نہانا چاہئے۔ جوان اور صحت مند آدمی سرد (تازہ) پانی سے غسل کر سکتے ہیں اور بچے اور بوڑھے ہلکے گرم پانی سے غسل کریں۔ ورزش کے فوراً بعد یا پہلے غسل کرنا ٹھیک نہیں ہے۔ اسی طرح تھکا دینے والے کام یا جماع کے فوراً بعد بھی غسل نہ کریں۔ حاملہ عورتیں غسل میں زیادہ وقت نہ لگائیں کیونکہ اس سے کمزوری اور تھکاوٹ ہو جاتی ہے۔ نہانے کے بعد صاف تولیہ سے جسم کو اچھی طرح خشک کریں۔ ہلکے گرم پانی سے غسل ہر عمر اور مزاج کے لوگوں کے لئے ہر موسم میں مفید ہے۔ ۱۰ سے ۱۵ منٹ میں نہا لینا چاہئے۔ نہانے کے دوران جسم مکمل طور پر رگڑا جائے۔ صابن کا استعمال غلاظت اور میل کچیل دور کرنے میں مدد دیتا ہے۔

دانتوں کی صفائی بہت ضروری ہے۔ دانتوں کی خرابی کی وجہ سے ہاضمہ خراب ہو جاتا ہے اور مختلف بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ دانتوں کی صفائی کا سب سے اچھا طریقہ مسواک ہے۔ اس سے مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں۔ مسواک نیم یا ببول کی تازہ شاخوں سے یا پیلو کی جڑ سے بنائی جاتی ہے۔ آج کل دانتوں کے برش عام ہیں۔ یہ دانتوں کی مکمل صفائی کرتے ہیں۔ لیکن سخت برش مسوڑھوں کے لئے مضر ہے۔ بعض لوگ منجن کا استعمال بغیر برش کے کرتے ہیں۔ صرف منجن کے استعمال سے مکمل صفائی نہیں ہوتی کیونکہ دانتوں کے درمیان رہنے والے ٹکڑے رگڑنے سے نہیں نکلتے بلکہ ان کے لئے برش یا مسواک کا استعمال ضروری ہے۔ زبان کو بھی صبح کے وقت اچھی طرح صاف کریں۔

ناخن اور بالوں کی صفائی بھی جسم کی صفائی میں داخل ہے۔ بغل اور پیڑو کے بال مہینہ میں کم سے کم ایک مرتبہ صاف کئے جائیں۔ اسی طرح سر، مونچھ اور داڑھی کے بال بھی اچھی طرح سلیقہ سے کتر کر صاف کریں۔ سر کے بالوں میں تیل لگا کر کنگھا کریں۔ ناخن ہر ہفتہ کاٹا کریں۔

کپڑوں کی صفائی:

کپڑے جو بدن سے متصل رہتے ہیں۔ (جیسے بنیائن وغیرہ) روزانہ تبدیل کریں اور صابن سے دھوئیں۔ گندے کپڑے صحت کے لئے مضر ہیں۔ کپڑے ہر موسم میں تین چار دن میں تبدیل کر دینا اور دھو دینا چاہئے۔

مکان کی صفائی:

کھڑکیاں' دروازے اور روشن دان کھلے رکھے جائیں تاکہ ہوا اور روشنی آ جا سکے۔ روزانہ جھاڑو لگا کر فرش صاف کیا جائے۔ گھروں میں سیلن نہ ہو اور گندے پانی کے بہاؤ کا اچھا انتظام ہو۔ غسل خانے اور بیت الخلاء کی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔

غذا:

کھانا کھانے کے لئے وقت کی پابندی بہت ضروری ہے اور غذا عمر' موسم اور غذا کی ضرورت کے مطابق ہونی چاہئے۔

بچوں کی غذا:

بچوں کی غذا ایسی ہونی چاہئے جو ہلکی آسانی سے ہضم ہونے والی اور پروٹین سے بھری ہوئی ہو۔ جیسے دودھ' مکھن' انڈے' گوشت کا شوربہ' دالیں وغیرہ۔

جوانوں کی غذا:

مکمل غذائیں' گوشت' خشک میوے' مکھن' ترکاریاں' روٹی' چاول ہر قسم کی غذائیں اس عمر میں آسانی سے ہضم ہو جاتی ہیں۔

بوڑھوں کی غذا:

ہلکی اور جلد ہضم ہونے والی غذائیں لیں۔ چکنی اور دیر ہضم غذاؤں سے پرہیز کریں۔

غذاؤں کے بارے میں عام ہدایات:

غذا میں تبدیلی موسم کے اعتبار سے کی جائے۔ گوشت' مچھلی اور انڈے وغیرہ سردیوں میں لئے جائیں اور دہی دودھ اور ترکاریاں گرمیوں میں لی جائیں۔ برسات میں ہری سبزیاں کھیرا' تربوز اور دہی وغیرہ نہ لیں۔ خوب پیٹ بھر کر کھانے اور بار بار کھانے سے بچنا چاہئے۔ ہمیشہ بھوک سے کم کھانا چاہئے۔ دو کھانوں کے بیچ میں کم سے کم تین گھنٹے کا وقفہ ہونا چاہئے۔ تیز گرم

مصالحے دار اور چکنی غذاؤں سے بچیں۔ کیونکہ یہ صحت کو نقصان پہنچاتی ہیں۔

غذا کے اوقات:

ہندوستان جیسے ملک میں صرف صبح ناشتہ اور دوپہر و شام کا کھانا کافی ہے۔ اگر ضرورت محسوس ہو تو شام میں چائے یا ایک کپ دودھ یا پھل لے سکتے ہیں۔

کھانے سے متعلق چند ہدایات:

۱- غذا اس وقت تک نہ لی جائے جب تک کہ خوب بھوک نہ لگے۔

۲- جو بھی غذا کھائیں اچھی طرح سے پکا کر اور گرم حالت میں کھائی جائے۔ کچی پکی غذا کا استعمال صحت کو خراب کرے گا۔

۳- غذا راغب کرنے والی اور صاف ہو۔

۴- غذا اچھی طرح چبا کر کھائی جائے۔

۵- کھانا کھاتے وقت ذہن خوش اور مطمئن ہو۔ غم، افسوس، غصہ اور اس طرح کے جذبات کی حالت میں کھانا کھانے سے ہضم خراب ہو جاتا ہے۔

۶- گرم گرم کھانا نہیں کھانا چاہیے۔

۷- کھانے کے دوران پانی نہ پئیں، کھانا ختم کرنے کے نصف گھنٹہ بعد پئیں۔ گرمیوں میں یا زیادہ پیاس کی صورت میں تھوڑا سا پانی پیا جا سکتا ہے۔ گرم مزاج والے کھانے سے پہلے پانی پئیں۔

۸- گرم کھانا کھانے کے فوراً بعد ٹھنڈا پانی پینا بھی مضر ہے۔ جو برف سے ٹھنڈا کئے ہوئے پانی کے عادی ہیں وہ بھی کھانے کے تھوڑی دیر بعد پئیں۔

۹- پھل اور سبز ترکاریاں روزانہ استعمال کی جائیں۔

۱۰- کچھ غذاؤں کو ملانا مناسب نہیں کیونکہ اس سے صحت متاثر ہوتی ہے۔

(i) چاول و تربوز

(ii) چاول اور ستو

(iii) انار اور ہریسہ

(iv) کلے پائے اور انگور

(v) مچھلی اور دودھ

۱۱- غذا میں تبدیلی کرتے رہنا چاہئے۔ ایک ہی قسم کی غذا مسلسل نہ استعمال کی جائے۔ مثلاً چاول کا مسلسل استعمال جسم میں مائیت کو زیادہ کرتا ہے جس سے بھوک کی کمی، سستی اور کمزوری واقع ہوتی ہے۔

اسی طرح ترش غذاؤں کی زیادتی سے جسم کمزور ہو جاتا ہے اور بڑھاپا جلد آ جاتا ہے جب کہ میٹھی چیزیں مستقل استعمال کرنے سے معدہ خراب اور اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں۔ نمک کی زیادتی سے جسم اور عروق دمویہ میں خشکی واقع ہوتی ہے۔ مرچ اور مصالحے دار غذائیں خراش امعاء کا باعث بنتے ہیں۔ اس لئے ہماری غذا متوازن ہونی چاہئے۔

ورزش:

ہر آدمی کے لئے کچھ ورزش ضروری ہے تاکہ صحت قائم رہے اور جسم اچھی حالت میں رہے۔ ورزش کے دوران خون تیز ہو جاتا ہے۔ جو لوگ محنت کا کام کرتے ہیں ان کے لئے ان کا کام ہی ورزش ہے۔ مختلف قسم کی ورزشیں ہیں جن سے فائدہ اٹھایا جا سکتا ہے۔ سب سے آسان چہل قدمی ہے جو ہر آدمی کے لئے ممکن ہے۔ لیکن سیر کے وقت لباس موزوں ہو۔ خصوصاً سرما میں گرم ہو کھلی ہوا میں سیر کریں۔ فاصلہ اور تیزی آدمی کی ضرورت اور رفتار پر منحصر ہوتی ہے۔ عام طور پر ۴۰ تا ۵۰ منٹ کی چہل قدمی کافی ہے۔ تیرنا اور گھوڑ سواری بہترین ورزش ہے۔ ورزش جتنی ہلکی ہو اچھا ہے لیکن پابندی ضروری ہے۔ بیرونی کھیل بہتر ورزش ہیں۔ بڑھاپے میں ہلکی ورزش کی جائے جسم کی مالش بھی ایک قسم کی ورزش ہے۔ یوگا کے آسن بھی ورزش میں داخل ہیں۔

نیند:

مقررہ اوقات پر سونا صحت کے لئے ضروری ہے۔ جو توانائی محنت کے دوران خرچ ہوتی ہے۔ نیند کے دوران پوری ہو جاتی ہے۔ گہری نیند جسم کے مقوی کو مکمل آرام پہنچاتی ہے۔ اس طرح وہ زیادہ فعال ہو جاتے ہیں۔ نیند کا صرف جھونکا یہ کام نہیں کرتا اور نیند کی ضرورت باقی رہ جاتی ہے۔ اچھی نیند کے لئے غذا کا ہضم ہو جانا ضروری ہے۔ ورنہ غیر منہضم غذا کا معدہ میں ہونا نیند میں خلل پیدا کرے گا اور خراب خواب نظر آئیں گے۔

نیند کا وقت:

نیند کا بہترین وقت رات کا ہے۔ رات ہی میں مکمل اور گہری نیند لی جا سکتی ہے۔ رات میں جلد سونے کی اور صبح جلد اٹھنے کی عادت ڈالنی چاہئے۔ کم از کم دو گھنٹوں کا وقفہ رات کے

کھانے اور سونے کے درمیان ضروری ہے۔ شیر خوار زیادہ نیند کے محتاج ہوتے ہیں۔ جوان بچوں سے کم اور بوڑھے اور بھی کم نیند چاہتے ہیں۔ طبعی طور پر شیر خوار بچوں کو ۱۵ تا ۲۰ گھنٹے سونا چاہئے۔ بچے ۱۰ تا ۱۲ گھنٹے، جوان ۸ گھنٹے اور بوڑھے ۶ گھنٹے یا کم کچھ لوگ دیر سے سونے کے عادی ہوتے ہیں اور صبح بھی دیر سے اٹھتے ہیں جو صحت کے اعتبار سے مناسب نہیں۔ نیند میں زیادتی یا کم سونا دونوں ہی صحت کے لئے مضر ہیں۔ زندگی میں اعتدال صحت کے لئے ضروری ہے۔ کھانے پینے میں جنسی خواہشات کی تکمیل میں سیر وتفریح میں نیند و بیداری میں دماغی اور جسمانی ورزش و محنت میں حرکات وسکون نفسانی میں ہنسی مذاق میں غصہ میں خوشی اور غم میں اعتدال ضروری ہے۔ ان میں بہت سی چیزیں کسی کے اختیار میں نہیں اس لئے جب کوئی چیز زیادہ ہو جائے تو اس کے مخالف عمل سے اس میں اعتدال پیدا کریں۔ اپنی صحت کے بارے میں غیر ضروری پریشانی خود ہی ایک بیماری ہے اور یہ صحت کی علامت نہیں۔ تندرست پر سکون اور مطمئن دماغ اچھی صحت اور پھر تیلے جسم کے لئے انتہائی ضروری ہے۔

19- دواؤں کی تیاری، انہیں محفوظ رکھنا اور استعمال کے بارے میں ہدایات

دواؤں کی تیاری:

۱- نسخہ کے مطابق دوائیں تیار کی جائیں۔

۲- جہاں دوائیں سفوف کرنی ہوں باریک سفوف کی جائیں اور ململ کے کپڑے سے چھان لیں یا جالی کی چھلنی سے چھان لیں۔ اگر موٹا سفوف بنانے کی ہدایت ہو تو اس چھلنی سے نہ چھانیں۔

۳- جہاں دوائیں پانی میں تر کر کے جوش دینا ہو جیسے ہی جوش شروع ہو برتن کو آگ سے اُتار لیں۔ ۵ منٹ رکھ کر چھان لیں اور نیم گرم لیں۔

۴- جہاں دواؤں کو اتنا جوش دینا ہو کہ پانی نصف رہ جائے تو برتن کو اوسط درجہ کی آگ پر رکھیں۔ یہاں تک کہ تقریباً نصف پانی بھاپ بن کر اڑ جائے۔

۵- شکر اگر سفوف میں ملانا ہو تو پہلے سفوف کر کے بعد میں ملائیں۔ اگر نبات (مصری) مل سکتی ہو تو شکر کے مقابلہ میں بہتر ہے۔

۶- بعض دوائیں رات بھر تر رکھنے کی ہوتی ہیں۔ اگر فوری ضرورت ہو تو تین چار گھنٹے گرمیوں میں اور پانچ چھ گھنٹے سردیوں میں تر کر کے استعمال میں لائی جا سکتی ہیں۔

۷- وہ دوائیں جو ایک دن سے زیادہ رکھی جانے والی ہوں۔ مثلاً سات سے دس یا بارہ دن ان کو اسی انداز سے بنائیں ان دواؤں کے تناسب کا خیال ضروری ہے۔

۸- جب دواؤں کی مساوی مقدار استعمال کرنا ہو تو اس کا خیال رہے کہ ایک دوا دوسری سے بلحاظ وزن یا بلحاظ مقدار یا حجم برابر ہو۔ ضرورت کے اعتبار سے دوا کم یا زیادہ مقدار میں تیار کی جا سکتی ہے۔

دواؤں کو محفوظ رکھنا:

۱- جوشاندہ جو ایک ہی وقت کی خوراک ہو تازہ تیار کریں ایک وقت کا تیار کیا ہوا دوسرے وقت کے لئے نہ رکھیں یعنی صبح و شام اسی وقت تیار کیا ہوا استعمال کرائیں۔

۲- دوائیں عام طور پر براہ راست دھوپ میں یا گرم جگہ پر نہ رکھیں۔

۳- برتن جن میں دوائیں رکھنا ہو پہلے صاف کر کے دھوپ میں خشک کر لیں۔ اس کے بعد ان میں دوائیں رکھیں۔ برتن کبھی کھلے نہ رکھیں۔

۴- ایک دن سے زیادہ کے لئے محفوظ کرنا ہو تو صاف اور بند شیشے کی بوتل میں رکھیں۔

۵- بیرونی استعمال کی دواؤں کے لئے کاغذ پر ناموں کو صاف لکھ کر بوتل پر چسپاں کیا جائے اور یہ دوائیں اندرونی استعمال کی دواؤں کے ساتھ نہ رکھیں۔

مقدار خوراک و استعمال:

۱- دوائیں عام طور پر دن میں دو مرتبہ لینے کے لئے ہیں۔ اسی صورت میں صبح کی خوراک ناشتہ کے بعد لی جائے اور شام کو خوراک پانچ چھ بجے۔

۲- صبح کی دوائیں حوائج ضروریہ سے فارغ ہو کر خالی پیٹ لی جائیں۔

۳- کھانے کے بعد لی جانے والی دوائیں ۵ تا ۱۵ منٹ بعد غذا لی جائیں۔

۴- سونے سے قبل استعمال کی جانے والی دوائیں آخری غذا (شام کے کھانے) کے دو گھنٹہ بعد لی جائیں۔

۵- جوشاندوں میں ایک ہی خوراک دوا کی مقدار رکھی گئی ہے۔

بدرقات:

۱- پانی، سوڈا واٹر، دودھ، لسی، چائے وغیرہ بعض دواؤں کے ساتھ لینے کے لئے لکھی ہوئی ہیں۔ اس صورت میں ان چیزوں کی مقدار ایک پیالی ہونی چاہئے۔

۲- جہاں کوئی بدرقہ نہ بتایا گیا ہو دوائیں پانی سے اور سرما میں نیم گرم پانی سے لی جائیں۔

چند ہدایات:

۱- متعدی اور پھیلنے والی بیماریاں مثلاً چیچک، ہیضہ، خسرہ وغیرہ کی اطلاع فوراً مقامی ذمہ داران صحت کو کی جائے۔ وبائی صورتوں میں مقامی عہدیداروں کے احکامات پر عمل کیا جائے۔ پیچیدگیوں اور خطرات سے محفوظ رہنے کے لئے معالج سے ہدایات لیتے رہیں۔

۲- ہیضہ کے ٹیکے، چیچک کے ٹیکے (ویکسی نیشن) وقفہ وقفہ سے ہر سال لیتے رہیں۔ خصوصاً وبائی زمانہ میں حفظ ماتقدم کے طور پر۔

۳- غذا، میوے وغیرہ گرد و غبار، مکھیوں سے محفوظ رکھیں اور ایسی چیزوں سے بچوں کو خصوصاً روکیں۔

20- مساوی اوزان اور ناپ

۱۵ ملی گرام	۱ چاول
۱۲۵ ملی گرام	۱ رتی (ایک گھونگچی)
۲۵۰ ملی گرام	۲ رتی
۵۰۰ ملی گرام	۴ رتی
۱ گرام	۱ ماشہ یا ۸ رتی
۱۲ گرام	۱ تولہ
۲۵ گرام	۲ تولہ
۱۲ ملی لیٹر	۱ تولہ (دو چائے کے چمچے)
۲۵ ملی لیٹر	۱ تولہ (دو بڑے چمچے)
۶۰ ملی لیٹر	۵ تولہ (چائے کا آدھا کپ) یا دو اونس
۱۲۰ ملی لیٹر	۱۰ تولہ (چائے کا ایک کپ)
۱۸۰ ملی لیٹر	۱۵ تولہ (چائے کا ڈیڑھ کپ)
۲۵۰ ملی لیٹر	۲۰ تولہ (چائے کے دو کپ)
۵۰۰ ملی لیٹر	۴۰ تولہ (چائے کے چار کپ)
۱۰۰۰ ملی لیٹر	۸۰ تولہ (چائے کے آٹھ کپ) ایک لیٹر

نوٹ: یہ اوزان اور پیمانے قریب برابر ہیں۔

21- مقدار خوراک

۱- بڑے (۱۵سال سے بڑے) مکمل ایک خوراک لیں۔

۲- بچوں کو ان کی عمر کے مطابق دوا کی خوراک دینی چاہئے۔

۱سال تک	بڑوں کی خوراک کا	۱/۸ حصہ
۲سال	....	۱/۶ حصہ
۴سال	....	۱/۴ حصہ
۶سال	....	۱/۳ حصہ
۹سال	....	۱/۲ حصہ
۱۲سال	....	۳/۴ حصہ